USER MANUAL

Microwave Oven
Four à micro-ondes
Mikrowellenofen

ZFM15100

ZANUSSI

Contents

Subject to change without notice.

Safety information

Before the installation and use of the appliance, carefully read the supplied instructions. The manufacturer is not responsible if an incorrect installation and use causes injuries and damages. Always keep the instructions with the appliance for future reference.

Children and vulnerable people safety

⚠ **Warning!** Risk of suffocation, injury or permanent disability.

- This appliance can be used by children aged from 8 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they are supervised by an adult or a person who is responsible for their safety.
- Do not let children play with the appliance. Children under 3 years must not be left unsupervised in the vicinity of the appliance.
- Keep all packaging away from children.
- Keep children and pets away from the appliance when it operates or when it cools down. Accessible parts are hot.
- If the appliance has a child safety device, we recommend that you activate it.
- Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision.
- Keep the appliance and its cord out of reach of children less than 8 years.

General Safety

- This appliance is intended to be used in household and similar applications such as:
  - staff kitchen areas in shops, offices and other working environments;
  - farm houses;
  - by clients in hotels, motels and other residential environments;
  - bed and breakfast type environments.
- Internally the appliance becomes hot when in operation. Do not touch the heating elements that are in the appliance. Always use oven gloves to remove or put in accessories or ovenware.
- Do not use a steam cleaner to clean the appliance.
- Before maintenance cut the power supply.
- If the door or door seals are damaged, the appliance must not be operated until it has been repaired by a competent person.
- The appliances are not intended to be operated by means of an external timer or separate remote-control system.
- Only a competent person can carry out any service or repair operation that involves the removal of a cover which gives protection against exposure to microwave energy.
- Do not heat liquids and other foods in sealed containers. They are liable to explode.
- Only use utensils that are suitable for use in microwave ovens.
- When heating food in plastic or paper containers, keep an eye on the appliance due to the possibility of ignition.
- The appliance is intended for heating food and beverages. Drying of food or clothing and heating of warming pads, slippers, sponges, damp cloth and similar may lead to risk of injury, ignition or fire.
- If smoke is emitted, switch off or unplug the appliance and keep the door closed in order to stifle any flames.

- Microwave heating of beverages can result in delayed eruptive boiling. Care must be taken when handling the container.
- The contents of feeding bottles and baby food jars shall be stirred or shaken and the temperature checked before consumption, in order to avoid burns.
- Eggs in their shell and whole hard-boiled eggs should not be heated in the appliance since they may explode, even after microwave heating has ended.
- The appliance should be cleaned regularly and any food deposits removed.
- Failure to maintain the appliance in a clean condition could lead to deterioration of the surface that could adversely affect the life of the appliance and possibly result in a hazardous situation.
- The temperature of accessible surfaces may be high when the appliance is operating.
- The microwave oven shall not be placed in a cabinet unless it has been tested in a Cabinet.
- The rear surface of appliances shall be placed against a wall.
- Do not use harsh abrasive cleaners or sharp metal scrapers to clean the glass door since they can scratch the surface, which may result in shattering of the glass.
- If the supply cord is damaged, it must be replaced by the manufacturer, an authorized Service or similarly qualified persons in order to avoid a hazard.

 Safety instructions

Installation

 **Warning!** Only a qualified person must install this appliance.

- Remove all the packaging.
- Do not install or use a damaged appliance.
- Obey the installation instruction supplied with the appliance.
- The appliance can be placed almost anywhere in the kitchen. Make sure the oven is placed on a flat, level surface and that vents as well as the surface underneath the appliance are not blocked (for sufficient ventilation).

Electrical connection

⚠ **Warning!** Risk of fire and electrical shock.

- All electrical connections should be made by a qualified electrician.
- The appliance must be earthed.
- Make sure that the electrical information on the rating plate agrees with the power supply. If not, contact an electrician.
- If the appliance is connected to the socket via an extension cord, make sure the cord is earthed.
- Make sure not to cause damage to the mains plug and to the mains cable. Contact the Service or an electrician to change a damaged mains cable.
- Do not pull the mains cable to disconnect the appliance. Always pull the mains plug.

Use

⚠ **Warning!** Risk of injury, burns or electric shock or explosion.

- Use this appliance in a household environment.
- Do not change the specification of this appliance.
- Make sure that the ventilation openings are not blocked.
- Do not let the appliance stay unattended during operation.
- Do not apply pressure on the open door.
- Do not use the appliance as a work surface and do not use the cavity for storage purposes.

Care and Cleaning

⚠ **Warning!** Risk of injury, fire or damage to the appliance.

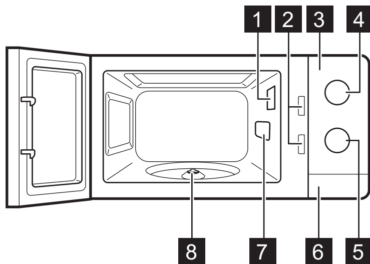
- Before maintenance, deactivate the appliance and disconnect the mains plug from the mains socket.
- Clean regularly the appliance to prevent the deterioration of the surface material.
- Do not allow food spills or cleaner residue to accumulate on door sealing surfaces.
- Remaining fat or food in the appliance can cause fire.
- Clean the appliance with a moist soft cloth. Only use neutral detergents. Do not use abrasive products, abrasive cleaning pads, solvents or metal objects.
- If you use an oven spray, obey the safety instructions on the packaging.

Disposal

⚠ **Warning!** Risk of injury or suffocation.

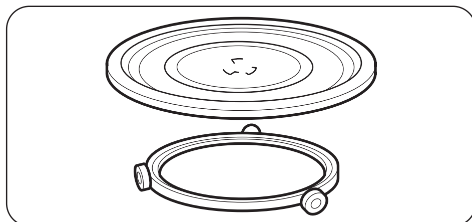
- Disconnect the appliance from the mains supply.
- Cut off the mains cable and discard it.

Product description



1 Lamp
2 Safety interlock system
3 Control panel
4 Power setting knob
5 Timer knob
6 Door opener
7 Waveguide cover
8 Turntable shaft

Accessories



Turntable set
Glass cooking tray and roller guide.

Always use the turntable set to prepare food in the appliance.

Before first use

Warning! Refer to the Safety chapters.

Initial Cleaning

- Remove all parts from the appliance.
- Clean the appliance before first use.

Important! Refer to chapter "Care and Cleaning".

Daily use

Warning! Refer to the Safety chapters.

Activating and deactivating the appliance

1. Turn the power setting knob to select a power setting.
2. Turn the timer knob to set a time, this automatically activates the appliance.
3. To deactivate the appliance you can:
   – wait until the appliance deactivates automatically when the timer knob reaches the “OFF” position.
   – turn the timer knob to the “OFF” position.
   – push the door opener. The appliance stops automatically. Close the door to continue cooking. Use this option to inspect the food.

   When the timer knob reaches the “OFF” position an acoustic signal sounds.

Caution! Do not let the appliance operate when there is no food in it.

If you want to set the timer for less than 2 minutes, first set the timer for more than 2 minutes and then turn the knob back to the desired time.

General information about using the appliance

General:

- After you deactivate the appliance, let the food stand for some minutes.
- Remove the aluminium foil packaging, metal containers, etc. before you prepare the food.

Cooking:

- If possible, cook food covered with material suitable for use in the microwave. Only cook food without a cover if you want to keep it crusty
- Do not overcook the dishes by setting the power and time too high. The food can dry out, burn or catch fire in some places.
- Do not use the appliance to cook eggs or snails in their shells, because they can explode. With fried eggs, pierce the yolks first.
- Prick food with "skin" or "peel", such as potatoes, tomatoes, sausages, with a fork several times before cooking so that the food does not explode.
- For chilled or frozen food, set a longer cooking time.

- Dishes which contain sauce must be stirred from time to time.
- Vegetables that have a firm structure, such as carrots, peas or cauliflower, must be cooked in water.
- Turn larger pieces after half of the cooking time.
- If possible, cut vegetables into similar-sized pieces.
- Use flat, wide dishes.
- Do not use cookware made of porcelain, ceramic or earthenware with small holes, e. g. on handles or unglazed bottoms. Moisture going into the holes can cause the cookware to crack when it is heated.
- The glass cooking tray is a work space for heating food or liquids. It is necessary for the operation of the microwave.

Defrosting meat, poultry, fish:

- Put the frozen, unwrapped food on a small upturned plate with a container below it so that the defrosting liquid collects in the container.
- Turn the food after half of the defrosting time. If possible, divide and then remove the pieces that started to defrost.

Defrosting butter, portions of gateau, quark:

- Do not fully defrost the food in the appliance, but let it defrost at room temperature. This gives a more even result. Fully remove all metal or aluminium packaging before defrosting.

Defrosting fruit, vegetables:

- Do not fully defrost fruit and vegetables, which are to be further prepared while raw, in the appliance. Let them defrost at room temperature.
- You can use a higher microwave power to cook fruit and vegetables without defrosting them first.

Ready meals:

- You can prepare ready meals in the appliance only if their packaging is suitable for microwave use.
- You must follow the manufacturer's instructions printed on the packaging (e.g. remove the metal cover and pierce the plastic film).

Suitable cookware and materials

Cookware / Material	Microwave		
	Defrosting	Heating	Cooking
Ovenproof glass and porcelain (with no metal components, e.g. Pyrex, heat-proof glass)	X	X	X
Non-ovenproof glass and porcelain 1)	X	--	--
Glass and glass ceramic made of ovenproof / frost-proof material (e.g. Arcoflam), grill shelf	X	X	X
Ceramic 2), earthenware 2)	X	X	X
Heat-resistant plastic up to 200 °C 3)	X	X	X
Cardboard, paper	X	--	--
Clingfilm	X	--	--
Roasting film with microwave safe closure 3)	X	X	X
Roasting dishes made of metal, e.g. enamel, cast iron	--	--	--
Baking tins, black lacquer or silicon-coated 3)	--	--	--

Cookware / Material	Microwave		
	Defrosting	Heating	Cooking
Baking tray	--	--	--
Browning cookware, e.g. Crisp pan or Crunch plate	--	X	X
Ready meals in packaging 3)	X	X	X

1) With no silver, gold, platinum or metal plating / decorations
2) Without quartz or metal components, or glazes which contain metals
3) You must follow the manufacturer's instructions about the maximum temperatures.

X suitable

-- not suitable

Power setting table

Symbol	Power setting	Power
	Gentle Heating	80 W
	Heat	130 W
	Defrost	190 W
	Low Stage	280 W
	Medium	360 W
	Medium High	430 W
	High	500 W

Using the accessories

Warning! Refer to the Safety chapters.

Caution! Do not cook food without the turntable set. Use only the turntable set provided with the appliance.

Never cook food directly on the glass cooking tray.

Inserting the turntable set

1. Place the roller guide around the turntable shaft.
2. Place the glass cooking tray on the roller guide

Helpful hints and tips

Tips for the microwave

Problem	Remedy
You cannot find details for the amount of food prepared.	Look for a similar food. Increase or shorten the length of the cooking times according to the following rule: **Double the amount = almost double the time**, **Half the amount = half the time**
The food got too dry.	Set shorter cooking time or select lower microwave power.
The food is not defrosted, hot or cooked after the time came to an end.	Set longer cooking time or set higher power. Note that large dishes need longer time.
After the cooking time comes to an end, the food is overheated at the edge but is still not ready in the middle.	Next time set a lower power and a longer time. Stir liquids halfway through, e.g. soup.

- You can find the standing time in the cooking tables. This information tells how long the food should stand in the appliance or out of it after cooking. This lets the heat to spread in the food equally.
- To get better results for rice use a flat, wide dish.

The power setting and time in the cooking tables are guidelines only. They depend on the recipe, quality, quantity and temperature of the used ingredients.

Defrosting

Always defrost roast with the fat side down.
Do not defrost covered meat because this may cause cooking instead of defrosting.
Always defrost whole poultry breast side down.

Beef

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Minced beef	450	Defrost	11 – 14	15 – 20	Break apart and remove defrosted pieces.

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Stewing meat	675	Defrost	14 – 18	25 – 30	Divide and change position of the food pieces.
Patties	450 (110 g each)	Defrost	10 – 12	15 – 20	Turn over after half of the time.
Steak	200	Defrost	5 – 7	10 – 15	Break apart and remove defrosted pieces. Turn over after half of the time.
Goulash	500	Defrost	11 – 14	15 – 20	Divide and change position of the meat. Remove defrosted pieces
Sliced sausage	100	Defrost	3 – 5	5 – 10	Turn over after half of the time.

Pork

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Spareribs	450	Defrost	10 – 12	25 – 30	Divide and change position of the food pieces.
Chops	500 (125 g each)	Defrost	11 – 14	25 – 30	Divide and turn over the food pieces
Minced pork	450	Defrost	11 – 14	15 – 20	Break apart and remove defrosted pieces.
Goulash	500	Defrost	12 – 15	15 – 20	Divide and change position of the meat. Remove defrosted pieces

Poultry

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Whole chicken	1125	Defrost	25 – 29	45 – 90	Turn over after half of the time. Cover with aluminium foil if needed.
Chicken breasts	450	Defrost	15 – 18	15 – 30	Divide and change position of the food pieces.

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Diced chicken	900	Defrost	22 – 25	25 – 30	Divide and change position of the food pieces.
Chicken thighs	675	Defrost	18 – 22	15 – 30	Divide and change position of the food pieces.

Fish and seafood

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Whole fish	450	Defrost	9 – 11	15 – 20	Turn over after half of the time. Cover with aluminium foil if needed.
Fish fillets	675	Defrost	12 – 14	15 – 20	Divide and turn over the food pieces.
Shrimps	225	Defrost	4 – 5	15 – 20	Divide and change position of the food.

Dairy products

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Quark	250	Defrost	8 – 10	3 – 5	Remove aluminium parts, turn halfway through
Butter	250	Defrost	2 – 3	3 – 5	Remove aluminium parts, turn halfway through
Cheese	250	Defrost	3:30 – 4	3 – 5	Remove aluminium parts, turn halfway through
Cream	200	Defrost	7 – 9	3 – 5	Remove aluminium parts, turn halfway through

Cakes / pastries

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Cheesecake	1 piece	Defrost	1 –1:30	-	Turn around after half of the time.
Cake (gateau)	1 piece	Defrost	1 –1:30	-	Turn around after half of the time.

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Dry cake (e.g. Pound cake)	1 piece	Defrost	1:30 – 2	1 – 2	Turn around after half of the time.
Fruit cake	1 piece	Defrost	1:30 – 2	1 – 2	Turn over after half of the time.
Sliced bread	300	Defrost	3 – 4	1 – 2	Turn over after half of the time.
Bread rolls	4 rolls	Defrost	1 –1:30	1 – 2	Turn over after half of the time.

Fruits

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Strawberries	300	Defrost	5 – 6	2 – 3	Stir halfway through
Plums, cherries, raspberries, blackcurrants, apricots	250	Defrost	4– 5	2 – 3	Stir halfway through

Cooking

Always remove chilled meat and poultry from the refrigerator at least 30 minutes before cooking.
Let the meat, poultry, fish and vegetables stay covered after cooking.

Brush a little oil or melted butter over the fish. Add 30 – 45 ml of cold water for every 250 g of vegetables unless the table states differently. Cut the fresh vegetables into even size pieces before cooking. Cook all vegetables with a cover on the container.

Meat

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Beef joint: - Rare - Medium - Well done	450	Medium High	10 – 12 11 – 14 13 – 16	5 – 10	Cook covered. Turn the food over several times during cooking.
Pork joint	450	High	14 – 18	5 – 10	Cook covered. Turn the food over several times during cooking.
Bacon joint	450	High	10 – 12	5 – 10	Cook covered. Turn the food over several times during cooking.

Poultry

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Whole chicken	900	High	16 – 24	5 – 10	Cook covered. Turn the food over several times during cooking.
Diced chicken	450	Medium High	7 – 11	5 – 10	Cook covered. Turn the food over several times during cooking.
Chicken breast (boned)	450	Medium High	8 – 12	5 – 10	Cook covered. Turn the food over several times during cooking.

Fish

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Fish fillets	450	High	6 – 10	5 – 10	Cook covered. Turn the food over several times during cooking.
Whole mackerel (cleaned and prepared)	450	High	6 – 10	5 – 10	Cook covered. Turn the food over several times during cooking.
Whole Trout (cleaned and prepared)	450	High	7 – 12	5 – 10	Cook covered. Turn the food over several times during cooking.
Salmon stakes	450	High	6 – 10	5 – 10	Cook covered. Turn the food over several times during cooking.

Fresh Vegetable

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Broccoli	250 500	High	4 – 6 7 – 9	2 – 3	Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking.
Brussels sprouts	250	High	5 – 6	2 – 3	Add 60 – 75 ml of water. Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking.
Carrots	250	High	4 – 6	2 – 3	Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking.

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Cauliflower	250 500	High	4 – 6 7 – 9	2 – 3	Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking.
Courgette	250	High	4 – 6	2 – 3	Add 30 ml of water or 2 tablespoons of butter. Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking.
Egg plant	250	High	4 – 6	2 – 3	Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking.
Leeks	250	High	4 – 6	2 – 3	Cut into thick slices. Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking.
Mushrooms	125 250	High	3 – 5 5 – 7	2 – 3	Do not add any water. Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking. Drain before serving.
Onions	250	High	4 – 6	2 – 3	Add 15 ml of water. Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking.
Pepper	250	High	5 – 7	2 – 3	Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking
Peeled potatoes	250 500	High	5 – 7 10 – 12	2 – 3	Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking
Potatoes in their jackets	800	High	15 – 18	2 – 3	Cook covered, stir halfway through.
Cabbage	250	High	7 – 9	2 – 3	Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking.

Frozen Vegetables

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Spinach	125	High	3 – 5	2 – 3	Add 15 ml of water. Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking
Broccoli	250	High	4 – 6	2 – 3	Add 30 ml of water. Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking
Peas	250	High	4 – 6	2 – 3	Add 15 ml of water. Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking
Green beans	250	High	5 – 7	2 – 3	Add 30 ml of water. Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking
Mixed vegetables (carrots/peas/corn)	250	High	5 – 7	2 – 3	Add 15 ml of water. Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking
Mixed vegetables (Chinese style)	250	High	6 – 8	2 – 3	Add 15 ml of water. Cook covered. Stir once during cooking and once after cooking

Melting

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Chocolate / Chocolate coating	150	Medium	3 – 4	2 – 3	Stir halfway through.
Butter	100	Medium	2 – 3	2 – 3	Stir halfway through.

Reheating

When you reheat packed ready meals always follow the instruction written on the packaging.

Food	Weight (g)	Power Setting	Time (min)	Standing time (min)	Comments
Baby food	128	High	0:50	1 – 2	Stir halfway through. Check temperature!
Baby milk	100 ml 225 ml	High	0:30 – 1 1 – 1:30	1 – 2	Put spoon into the bottle, stir and check temperature!
Sandwich roll or bun	1 roll	High	0:30 – 1	1 – 2	Wrap in a paper towel and place the glass cooking tray. Do not use recycled paper towels.
Convenience food	400 - 500	High	7 – 10	2 – 3	Remove any aluminium lids. Turn halfway through
Frozen ready meals	400 - 500	High	8 – 12	2 – 3	Remove any aluminium lids. Turn halfway through
Lasagna	300	High	6 – 10	2 – 3	Cover the food while cooking.
Casserole	1 cup 4 cups	High	3 – 5 7 –10	2 – 3	Cover the food while cooking. Stir halfway through.
Mashed potatoes	1 cup 4 cups	High	2 – 5 8 – 10	2 – 3	Cover the food while cooking. Stir halfway through.
Baked beans	1 cup	High	3 – 5	1 – 2	Cover the food while cooking. Stir halfway through.
Ravioli or pasta in sauce	1 cup 4 cups	High	4 – 6 10 – 14	2 – 3	Cover the food while cooking. Stir halfway through.
Milk	200 ml	High	1 – 1:30	1	Put spoon in the container.
Water	200 ml	High	2 – 2:30	1	Put spoon in the container.
Sauce	200 ml	High	3 – 4	1	Stir halfway through
Soup	300 ml	High	4 – 5	1	Stir halfway through

Recipes

The temperature and baking times in the tables are guidelines only. They depend on the recipes, quality and quantity of the ingredients used.

Breakfast

Omelettes

Ingredients:

- 15 g melted butter

- 4 eggs
- 6 tablespoons milk
- salt and pepper

Method:
Whisk together eggs, milk and season with salt and pepper. Coat the dish with the melted butter. Pour the omelette mixture into a flan dish. Cook at High for 3 minutes, turn over the omelette and cook at High for another 1 minute.

– Time in the appliance: 4 minutes in total

Scrambled eggs

Ingredients:
- 15 g melted butter
- 2 eggs
- 2 tablespoons milk
- salt and pepper

Method:
Mix together eggs, milk and melted butter and season them with salt and pepper. Cook at High for 3 minutes stirring every 30 sec.

– Time in the appliance: 3 minutes in total

Dinner

Tomato soup with orange

Ingredients:
- 25 g melted butter
- 1 medium onion, chopped
- 1 large carrot
- 1 large potato, chopped
- 800 g canned tomatoes, chopped
- Juice and grated zest of 1 medium orange
- 900 ml of hot vegetable broth
- salt and pepper

Method:
Mix onion, carrot, potato and the melted butter and cook them at High for 6 minutes. Stir after half of the time. Then add tomatoes, orange juice, orange zest and broth. Mix all together and season with salt and pepper. Cover the bowl and cook at High for 18 minutes until vegetables are tender. Stir 2 – 3 times during cooking. Blend the soup and serve.

– Time in the appliance: 24 minutes in total

French onion soup

Ingredients:
- 1 large onion, sliced
- 1 tablespoon corn oil
- 50 g flour
- 1.2 l meat or vegetable broth
- 2 tablespoons parsley, chopped
- 4 thick slices of French bread
- 50 g cheese, grated

Method:
Mix together onion and corn oil in a bowl. Cook them at High for 2 minutes. Mix in flour and add broth gradually. Season with salt and pepper and add parsley. Cover the bowl and cook at Medium for 18 minutes. Pour the soup into serving bowls, place the bread on top of them soup in each bowl and sprinkle it generously with cheese. Cook at Medium High for 2 minutes until the cheese melts.

– Time in the appliance: 22 minutes in total

Stir fried vegetables

Ingredients:
- 1 tablespoon sunflower oil
- 2 tablespoons soya sauce
- 1 tablespoon sherry
- 2.5 cm ginger root, peeled and grated
- 2 medium carrots, cut in small strips
- 100 g button mushrooms, chopped
- 50 g bean sprouts
- 100 g mangetout
- 1 red pepper, seeded and thinly sliced
- 4 spring onions, chopped
- 100 g canned water chestnuts, sliced
- 1 / 4 head of Chinese cabbage, thinly sliced

Method:
Mix together sunflower oil, soya sauce, sherry, ginger and carrots in a bowl. Cover it and cook at High for 5 – 6 minutes. Stir once. Then add button mushrooms, bean sprouts, mangetout, red pepper, spring onions, water

chestnuts and Chinese cabbage. Mix all together. Cook at High for 5 – 6 minutes, until the vegetables are tender. Stir 2 – 3 times during cooking.

– Time in the appliance: 10 – 12 minutes in total

Honeyed chicken

Ingredients:

- 4 boneless chicken breasts
- 2 tablespoons honey
- 1 tablespoon whole grain mustard
- 1 / 2 tablespoon dried tarragon
- 1 tablespoon tomato puree
- 150 ml chicken broth
- salt and pepper

Method:

Place the chicken breasts in a casserole dish. Mix together all remaining ingredients. Pour them over the chicken. Season with salt and pepper. Cook at High for 12 – 14 minutes. Change position of the chicken breasts and pour it with the sauce twice during cooking.

– Time in the appliance: 12 – 14 minutes in total

Jacket potatoes with blue cheese and chive

Ingredients:

- 2 potatoes, baked (250 g each)
- 50 g butter
- 100 g blues cheese, chopped
- 1 tablespoon fresh chives, chopped
- 50 g mushroom, sliced
- salt and pepper

Method:

Prick each potato. Cook at High for 12 – 14 minutes. Halve and hollow the potatoes. Put the potato pulp, butter, cheese, chives, mushrooms into a bowl and mix it together. Season with salt and pepper. Put the mixture into the potato skins and place them in a flan dish. Cook at Medium High for 10 minutes.

– Time in the appliance: 22 – 24 minutes in total

White sauce

Ingredients:

- 25 g melted butter
- 25 g flour
- 300 ml milk
- salt and pepper

Method:

Mix together butter, flour and milk. Cook at High for 4 – 5 minutes. Stir every 2 minutes until the sauce gets thick and smooth. Season with salt and pepper.

– Time in the appliance: 4 – 5 minutes in total

Savory mince

Ingredients:

- 1 small onion, chopped
- 1 garlic clove, crushed
- 1 teaspoon oil
- 200 g canned tomatoes, chopped
- 1 tablespoon tomato puree
- 1 teaspoon herb mix
- 225 g minced beef
- salt and pepper

Method:

Mix onion, garlic and oil in a caserolle dish. Cook at High for 2 minutes or until it gets soft Then mix in all the other ingredients. Cover the caserolle dish and cook at High for 5 minutes and then change to Medium High and cook for 8 – 12 minutes or until the meat is ready.

– Time in the appliance: 15 – 19 minutes in total

Desserts

Strawberry jam

Ingredients:

- 675 g strawberries, hulled
- 3 tablespoons lemon juice
- 675 g caster sugar

Method:

Put the strawberries and lemon juice into a large bowl. Heat them at High for 6 minutes,

or until the fruits are soft. Add the sugar and mix well. Cook at Medium for 27 – 32 minutes until setting point is reached. Stir every 4 – 5 minutes. Pour the jam into clean jars. Cover, seal and label.
To find the setting point place 1 teaspoon of jam into a chilled saucer. Allow it to stand for 1 minute. Then move the jam surface gently with your finger. If the surface of the jam wrinkles, you reached the setting point.

– Time in the appliance: 37 – 43 minutes in total

Plain microwave cake

Ingredients:

- 100 g margarine
- 100 g sugar
- 1 egg
- 100 g self raising flour, sifted
- 2 – 3 tablespoons milk

Method:
Cover the bottom of a cake dish with grease-proof paper. Whip the margarine with sugar until light and fluffy. Beat in the egg and gradually add the flour and milk alternately. Pour the dough into the prepared cake dish. Cook at High for 5 – 7 minutes. Then prick the cake with a toothpick. If the toothpick is not clear, the cake is not ready yet. Let the cake stand in the appliance after cooking for additional 5 minutes.

– Time in the appliance: 5 – 7 minutes in total

Care and cleaning

Warning! Refer to the Safety chapters.

Notes on cleaning:

- Clean the front of the appliance with a soft cloth with warm water and a cleaning agent.
- To clean metal surfaces, use a usual cleaning agent.
- Clean the appliance interior after each use. Then you can remove dirt more easily and it does not burn on.
- Clean stubborn dirt with a special cleaner.
- Clean all accessories regularly and let them dry. Use a soft cloth with warm water and a cleaning agent.
- To soften the hard to remove remains, boil a glass of water at full microwave power for 2 to 3 minutes.
- To remove odours, mix a glass of water with 2 tsp of lemon juice and boil at full microwave power for 5 minutes.

Troubleshooting

Warning! Refer to the Safety chapters.

Problem	Possible cause	Remedy
The appliance does not operate.	The appliance is deactivated.	Activate the appliance.
The appliance does not operate.	The appliance is not plugged in.	Plug in the appliance.
The appliance does not operate.	The fuse in the fuse box is blown.	Check the fuse. If the fuse blows more than one time, contact a qualified electrician.
The appliance does not operate.	The door is not closed properly.	Make sure that nothing blocks the door.
The lamp does not operate.	The lamp is defective.	The lamp has to be replace.

Problem	Possible cause	Remedy
There is sparking in the cavity.	There are metal dishes or dishes with metal trim.	Remove the dish from the appliance.
There is sparking in the cavity.	There are metal skewers or aluminium foil that touches the interior walls.	Make sure that the skewers and foil does not touch the interior walls.
The turntable set makes scratching or grinding noise.	There is an object or dirt below the glass cooking tray.	Clean the area below the glass cooking tray.
The appliance stop to operate without a clear reason.	There is a malfunction.	If this situation repeats call the customer service center.

If you cannot find a solution to the problem yourself, contact your dealer or the customer service centre.

The necessary data for the customer service center is on the rating plate on the appliance.

We recommend that you write the data here:

Model (MOD.)	....
Product number (PNC)	....
Serial number (S.N.)	....

Installation

Caution! Do not block the air vents. If you do that, the appliance can overheat.

Caution! Do not connect the appliance to adapters or extension leads. This can cause overloading and risk of fire.

- The appliance is for a kitchen counter top use only. It must be placed on a stable and flat surface.
- Put the appliance far away from steam, hot air and water splashes.
- If you transport the appliance in cold weather, do not activate it immediately after the installation. Let is stand in the room temperature and absorb the heat.

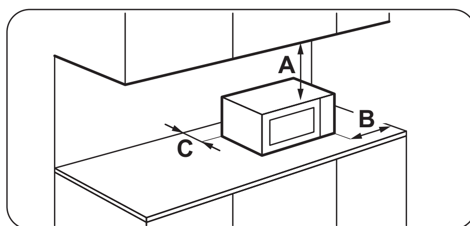
Electrical installation

Warning! Only a qualified person must do the electrical installation.

The manufacturer is not responsible if you do not follow the safety precautions from the chapter "Safety Information".

This appliance is supplied with a main cable and main plug.

Caution! Minimum installation height is 85 cm.



Minimal distances

Dimension	mm
A	100
B	76
C	76

Environment concerns

Recycle the materials with the symbol ♲. Put the packaging in applicable containers to recycle it.
Help protect the environment and human health and to recycle waste of electrical and electronic appliances. Do not dispose appliances marked with the symbol with the household waste. Return the product to your local recycling facility or contact your municipal office.



Packaging material

The packaging material is environmentally-friendly and recyclable. Plastic parts are marked with international abbreviations such as PE, PS, etc. Dispose of the packaging material in the containers provided for this purpose at your local waste management facility.

Sommaire

Sous réserve de modifications.

Consignes de sécurité

Avant d'installer et d'utiliser cet appareil, lisez soigneusement les instructions fournies. Le fabricant ne peut être tenu pour responsable des dommages et blessures liés à une mauvaise installation ou utilisation. Conservez toujours cette notice avec votre appareil pour vous y référer ultérieurement.

Sécurité des enfants et des personnes vulnérables

⚠ **Avertissement** Risque d'asphyxie, de blessure ou d'invalidité permanente.

- Cet appareil peut être utilisé par des enfants de plus de 8 ans, ainsi que des personnes dont les capacités physiques, sensorielles et mentales sont réduites ou dont les connaissances et l'expérience sont insuffisantes, à condition d'être surveillés par une personne responsable de leur sécurité.
- Ne laissez pas les enfants jouer avec l'appareil. Les enfants de moins de 3 ans ne doivent pas être laissés sans surveillance à proximité de l'appareil.
- Ne laissez pas les emballages à la portée des enfants.
- Tenez les enfants et les animaux éloignés de l'appareil lorsqu'il est en cours de fonctionnement ou lorsqu'il refroidit. Les parties accessibles sont chaudes.
- Si l'appareil est équipé d'un dispositif de sécurité enfants, nous vous recommandons de l'activer.

- Les enfants ne doivent pas nettoyer ni entreprendre une opération de maintenance sur l'appareil sans surveillance.
- L'appareil et son cordon d'alimentation doivent être conservés hors de portée des enfants âgés de moins de 8 ans.

Sécurité générale

- Cet appareil est conçu uniquement pour un usage domestique et des situations telles que :
  - dans des cuisines réservées aux employés dans des magasins, bureaux et autres lieux de travail ;
  - dans des bâtiments de ferme ;
  - par les clients, dans des hôtels et autres lieux de séjour ;
  - en chambre d'hôtes.
- L'intérieur de l'appareil devient chaud lorsqu'il est en fonctionnement. Ne touchez pas les éléments chauffants se trouvant dans l'appareil. Utilisez toujours des gants de cuisine pour retirer ou enfourner des accessoires ou des plats allant au four.
- N'utilisez pas de nettoyeur vapeur pour nettoyer l'appareil.
- Avant toute opération de maintenance, déconnectez l'alimentation électrique.
- Si la porte ou les joints de la porte sont endommagés, vous ne devez pas utiliser l'appareil tant qu'il n'a pas été réparé par un professionnel qualifié.
- Les appareils ne doivent pas être utilisés avec une minuterie ni un système de commande à distance indépendant.
- Toute opération de maintenance ou de réparation nécessitant le retrait de l'un des caches assurant la protection contre les micro-ondes ne doit être confiée qu'à un professionnel qualifié.
- Ne faites pas chauffer de liquides ni d'autres aliments dans des récipients hermétiquement fermés. Ils pourraient exploser.
- N'utilisez que des ustensiles adaptés à une utilisation dans un four à micro-ondes.

- Lorsque vous faites chauffer des aliments dans des récipients en plastique ou en papier, surveillez toujours l'appareil car ces matières peuvent s'enflammer.
- Cet appareil est uniquement destiné à chauffer des aliments et des boissons. L'utiliser pour sécher des aliments ou des vêtements, ou pour faire chauffer des compresses chauffantes, des chaussons, des éponges, des tissus humides ou autres pourrait provoquer des blessures ou un incendie.
- En présence de fumée, éteignez ou débranchez l’appareil et laissez la porte fermée pour étouffer les flammes.
- Si vous chauffez des boissons au micro-ondes, celles-ci peuvent entrer en ébullition après être sorties de l'appareil. Soyez prudent lorsque vous manipulez le récipient.
- Mélangez ou remuez le contenu des biberons et des petits pots pour bébés, puis vérifiez la température avant de nourrir votre enfant afin d'éviter les brûlures.
- Les œufs dans leur coquille et les œufs durs entiers ne doivent pas être chauffés dans l'appareil car ils pourraient exploser, même après la fin de la cuisson.
- Nettoyez régulièrement l'appareil et retirez-en les résidus alimentaires.
- Si vous ne nettoyez pas régulièrement l'appareil, sa surface peut se détériorer, ce qui pourrait réduire sa durée de vie et provoquer des situations dangereuses.
- La température des surfaces accessibles peut être élevée pendant le fonctionnement de l'appareil.
- Le four à micro-ondes ne doit pas être encastré, à moins qu'il n'ait été spécifiquement testé à cet effet.
- La surface arrière de l'appareil doit être positionnée contre un mur.

- N'utilisez pas de produits abrasifs ni de racloirs pointus en métal pour nettoyer la porte en verre car ils peuvent rayer sa surface, ce qui peut briser le verre.
- Si le câble d'alimentation est endommagé, il ne doit être remplacé que par un professionnel qualifié afin d'éviter tout danger.

⚠ Instructions de sécurité

Installation

⚠ **Avertissement** L'appareil doit être installé uniquement par un professionnel qualifié.

- Retirez l'intégralité de l'emballage.
- N'installez pas et ne branchez pas un appareil endommagé.
- Suivez scrupuleusement les instructions d'installation fournies avec l'appareil.
- L'appareil peut être installé presque n'importe où dans la cuisine. Assurez-vous que le four est placé sur une surface plate, de niveau, et que les orifices d'aération ainsi que la surface sous l'appareil ne sont pas obstrués (pour une ventilation suffisante).

Branchement électrique

⚠ **Avertissement** Risque d'incendie ou d'électrocution.

- L'ensemble des branchements électriques doit être effectué par un technicien qualifié.
- L'appareil doit être relié à la terre.
- Vérifiez que les données électriques figurant sur la plaque signalétique correspondent à celles de votre réseau. Si ce n'est pas le cas, contactez un électricien.
- Si l'appareil est branché à la prise murale en utilisant une rallonge électrique, assurez-vous qu'elle est reliée à la terre.
- Veillez à ne pas endommager la fiche secteur ni le câble d'alimentation. Contactez le service après-vente ou un électricien pour remplacer le câble d'alimentation s'il est endommagé.
- Ne tirez jamais sur le câble d'alimentation pour débrancher l'appareil. Tirez toujours sur la fiche.

Utilisation

⚠ **Avertissement** Risque de blessures, de brûlures, d'électrocution ou d'explosion.

- Utilisez cet appareil dans un environnement domestique.
- Ne modifiez pas les caractéristiques de cet appareil.
- Assurez-vous que les orifices de ventilation ne sont pas bouchés.
- Ne laissez jamais l'appareil sans surveillance pendant son fonctionnement.
- N'exercez jamais de pression sur la porte ouverte.
- N'utilisez jamais l'appareil comme plan de travail, ni la cavité comme un espace de rangement.

Entretien et nettoyage

⚠ **Avertissement** Risque de blessure corporelle, d'incendie ou de dommage matériel à l'appareil.

- Avant toute opération d'entretien, éteignez l'appareil et débranchez la fiche de la prise secteur.
- Nettoyez régulièrement l'appareil afin de maintenir le revêtement en bon état.
- Ne laissez pas les résidus alimentaires ou de produits nettoyants s'accumuler sur les joints de la porte.
- Des graisses ou de la nourriture restant dans l'appareil peuvent provoquer un incendie.

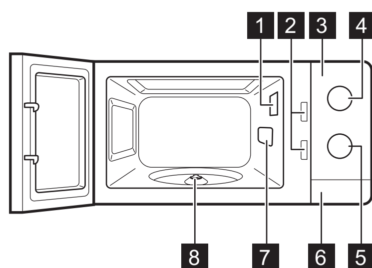
- Nettoyez l'appareil avec un chiffon doux humide. Utilisez uniquement des produits de lavage neutres. N'utilisez pas de produits abrasifs, de tampons à récurer, de solvants ni d'objets métalliques.
- Si vous utilisez un spray pour four, suivez les consignes de sécurité figurant sur l'emballage.

Mise au rebut

Avertissement Risque de blessure ou d'asphyxie.

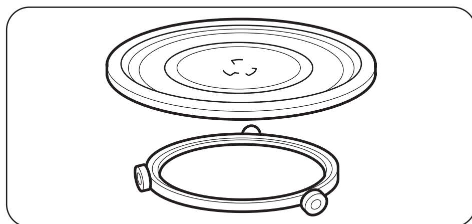
- Débranchez l'appareil de l'alimentation électrique.
- Coupez le câble d'alimentation et mettez-le au rebut.

Description de l'appareil



1 Éclairage
2 Système d'interverrouillage de sécurité
3 Bandeau de commande
4 Manette de réglage de la puissance
5 Manette du minuteur
6 Bouton d'ouverture de la porte
7 Couvercle de guide d'ondes
8 Axe du plateau tournant

Accessoires



Ensemble du plateau tournant
Plateau de cuisson en verre et support à roulettes.

Utilisez toujours l'ensemble du plateau tournant pour cuire des aliments dans l'appareil.

Avant la première utilisation

Avertissement Reportez-vous aux chapitres concernant la sécurité.

Premier nettoyage

- Retirez tous les accessoires de l'appareil.
- Nettoyez l'appareil avant de l'utiliser pour la première fois.

Important Reportez-vous au chapitre « Entretien et nettoyage ».

Avertissement Reportez-vous aux chapitres concernant la sécurité.

Activation et désactivation de l'appareil

1. Tournez la manette de réglage de la puissance pour sélectionner la puissance.
2. Tournez la manette du minuteur pour sélectionner une durée ; cela met automatiquement l'appareil en marche.
3. Pour éteindre l'appareil, vous pouvez :
   – attendre qu'il s'éteigne automatiquement lorsque la manette du minuteur atteint la position « ARRÊT ».
   – tourner la manette du minuteur jusqu'à la position « ARRÊT ».
   – appuyer sur le bouton d'ouverture de la porte. L'appareil s'arrête automatiquement. Refermez la porte pour poursuivre la cuisson. Choisissez cette option si vous souhaitez simplement surveiller la cuisson des aliments.

   Lorsque la manette du minuteur atteint la position « ARRÊT », un signal sonore retentit.

Attention Ne faites pas fonctionner l'appareil à vide.

Si vous souhaitez régler le minuteur pour une durée inférieure à 2 minutes, sélectionnez d'abord une durée supérieure à 2 minutes, puis tournez la manette sur la position « ARRÊT » à la fin du temps souhaité.

Informations générales sur le fonctionnement de l'appareil

Généralités :

- Après avoir éteint l'appareil, laissez reposer les aliments pendant quelques minutes.
- Retirez les emballages en aluminium, les récipients en métal, etc. avant de préparer les aliments.

Cuisson :

- Si possible, cuisinez les aliments en les couvrant avec un ustensile d'une matière adaptée à l'utilisation au micro-ondes. Ne cuisinez les aliments sans les couvrir que si vous souhaitez conserver leur croustillant.
- Ne cuisez pas trop les plats en réglant une puissance ou une durée trop élevées. Les aliments peuvent se dessécher, brûler ou prendre feu.
- N'utilisez pas l'appareil pour cuisiner des œufs ou des escargots dans leur coquille car ils peuvent exploser. Pour les œufs sur le plat, percez d'abord les jaunes.
- Piquez plusieurs fois les aliments couverts d'une « peau », comme les pommes de terre, les tomates ou les saucisses, avec une fourchette avant de les cuire afin qu'ils n'explosent pas.
- Pour les aliments congelés ou les plats surgelés, réglez un temps de cuisson plus long.
- Les plats contenant de la sauce doivent être remués de temps en temps.
- Les légumes fermes tels que les carottes, les petits pois ou le chou-fleur doivent être cuits dans l'eau.
- Retournez les grosses pièces à la moitié du temps de cuisson.
- Si possible, coupez les légumes en morceaux de même taille.
- Utilisez des plats larges et à fond plat.
- N'utilisez pas d'ustensile de cuisine en porcelaine, en céramique ou en faïence avec de petits trous, par exemple sur les poignées ou dans le fond. L'humidité s'infiltre dans les trous et peut causer un craquement de l'ustensile de cuisine lorsqu'il chauffe.
- Le plateau de cuisson en verre permet de chauffer des aliments ou des liquides. Il est nécessaire au fonctionnement du four à micro-ondes.

Décongélation de viande, volaille, poisson :

- Posez l'aliment surgelé sans emballage sur une petite assiette retournée, puis placez un récipient dessous pour recueillir l'eau de décongélation.

- Retournez les aliments à la moitié du temps de décongélation. Si possible, séparez puis retirez les morceaux ayant commencé à décongeler.

Décongélation de beurre, de morceaux de gâteau, de fromage :

- Ne décongelez pas ces aliments entièrement dans l'appareil mais laissez-les décongeler à température ambiante. Cela vous assure un résultat plus homogène. Retirez tout emballage en métal ou en aluminium avant la décongélation.

Décongélation de fruits et légumes :

- Ne décongelez pas entièrement dans l'appareil les fruits et légumes devant être préparés crus. Laissez-les décongeler à température ambiante.
- Vous pouvez utiliser une puissance de micro-ondes plus élevée pour cuire les fruits et légumes sans les décongeler.

Plats préparés :

- Vous pouvez cuire des plats préparés dans l'appareil, uniquement si leur emballage est adapté à une utilisation dans un four à micro-ondes.
- Vous devez suivre les instructions imprimées sur l'emballage (par exemple « Retirez le couvercle en métal et percez le film plastique »).

Ustensiles de cuisine et matériaux compatibles

Ustensile de cuisine/matériaux	Micro-ondes		
	Décongélation	Chauffage	Cuisson
Verre et porcelaine allant au four (ne contenant aucun composant métallique, par exemple le Pyrex, le verre résistant à la chaleur)	X	X	X
Verre et porcelaine n'allant pas au four 1)	X	--	--
Verre et vitrocéramique composés d'un matériau allant au four/résistant au gel (par exemple l'Arcoflam), grille	X	X	X
Céramique 2), faïence 2)	X	X	X
Plastique résistant à une chaleur de 200 °C 3)	X	X	X
Carton, papier	X	--	--
Film étirable	X	--	--
Sachet de cuisson avec fermeture de sûreté pour micro-ondes 3)	X	X	X
Plats à rôtis composés de métal, par exemple en émail ou en fonte	--	--	--
Moules, laqués noirs ou revêtement en silicone3)	--	--	--
Plateau de cuisson	--	--	--
Ustensiles de cuisine pour dorer, par exemple plat « Crisp » ou plateau « Crunch »	--	X	X
Plats préparés et emballés 3)	X	X	X

1) Sans placage/décoration en argent, or, platine ou métal
2) Sans composants en quartz ou en métal ou avec un revêtement contenant du métal
3) Vous devez suivre les instructions du fabricant concernant les températures maximales.

X compatible

-- non compatible

Tableau des réglages de puissance

Symbole	Réglage de la puissance	Puissance
	Réchauffage progressif	80 W
	Réchauffage	130 W
	Décongélation	190 W
	Puissance faible	280 W
	Puissance moyenne	360 W
	Puissance moyennement élevée	430 W
	Puissance élevée	500 W

Utilisation des accessoires

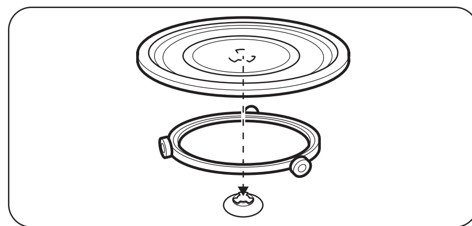
Avertissement Reportez-vous aux chapitres concernant la sécurité.

Attention Ne cuisez pas les aliments sans l'ensemble du plateau tournant.

N'utilisez que l'ensemble du plateau tournant fourni avec l'appareil.

Ne cuisez jamais les aliments directement sur le plateau de cuisson en verre.

Installation de l'ensemble du plateau tournant



1. Placez le support à roulettes autour de l'axe du plateau tournant.
2. Posez le plateau de cuisson en verre sur le support à roulettes

Conseils utiles

Conseils pour le micro-ondes

Problème	Solution
Vous ne trouvez pas les détails pour la quantité de nourriture préparée.	Recherchez un aliment similaire. Diminuez ou rallongez le temps de cuisson selon la règle suivante : **Double quantité = presque le double de tempsMoitié de la quantité = moitié du temps**

Problème	Solution
La nourriture a trop séché.	Réduisez le temps de cuisson ou sélectionnez une puissance de micro-ondes plus basse.
La nourriture n'est pas décongelée, chaude ou cuite à la fin du temps défini.	Rallongez le temps de cuisson ou sélectionnez une puissance plus élevée. Veuillez noter que les plats de grande taille ont besoin de plus de temps.
Une fois la durée de cuisson écoulée, les aliments sont trop cuits sur les bords mais ne sont pas prêts au centre.	La prochaine fois, diminuez la puissance et allongez le temps. Remuez les liquides à la moitié du temps, par exemple la soupe.

- Vous trouverez les temps de repos dans les tableaux de cuisson. Cette information vous indique le temps de repos nécessaire aux aliments dans ou en-dehors de l'appareil après la cuisson. Cela permet à la chaleur de se répande uniformément dans le plat.
- Pour de meilleurs résultats, cuisez le riz dans un récipient plat et large.

Les réglages de puissance et les durées des tableaux de cuisson sont uniquement donnés à titre indicatif. Ils varient en fonction de la recette, de la température, de la qualité et de la quantité des ingrédients utilisés.

Décongélation

Décongelez toujours les rôtis avec le côté gras vers le bas.
Ne couvrez pas la viande pour la décongeler car elle risquerait de cuire.
Décongelez toujours la volaille entière poitrail vers le bas.

Bœuf

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de repos (min)	Commentaires
Bœuf haché	450	Décongélation	11 – 14	15 – 20	Séparez et retirez les morceaux décongelés.
Viande à ragoût	675	Décongélation	14 – 18	25 – 30	Séparez et retournez les morceaux.
Pâtés	450 (110 g chacun)	Décongélation	10 – 12	15 – 20	Retournez à la moitié du temps.
Steak	200	Décongélation	5 – 7	10 – 15	Séparez et retirez les morceaux décongelés. Retournez à la moitié du temps.
Goulash	500	Décongélation	11 – 14	15 – 20	Séparez et retournez la viande. Retirez et les morceaux décongelés
Saucisses en tranches	100	Décongélation	3 – 5	5 – 10	Retournez à la moitié du temps.

Porc

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de repos (min)	Commentaires
Entrecôtes	450	Décongélation	10 – 12	25 – 30	Séparez et retournez les morceaux.
Côtelettes	500 (125 g chacun)	Décongélation	11 – 14	25 – 30	Séparez et retournez les morceaux
Porc haché	450	Décongélation	11 – 14	15 – 20	Séparez et retirez les morceaux décongelés.
Goulash	500	Décongélation	12 – 15	15 – 20	Séparez et retournez la viande. Retirez et les morceaux décongelés

Volaille

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de repos (min)	Commentaires
Poulet entier	1125	Décongélation	25 – 29	45 – 90	Retournez à la moitié du temps. Si besoin, couvrez de papier d'aluminium.
Escalopes de poulet	450	Décongélation	15 – 18	15 – 30	Séparez et retournez les morceaux.
Dés de poulet	900	Décongélation	22 – 25	25 – 30	Séparez et retournez les morceaux.
Cuisses de poulet	675	Décongélation	18 – 22	15 – 30	Séparez et retournez les morceaux.

Poisson et fruits de mer

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de repos (min)	Commentaires
Poisson entier	450	Décongélation	9 – 11	15 – 20	Retournez à la moitié du temps. Si besoin, couvrez de papier d'aluminium.
Filets de poisson	675	Décongélation	12 – 14	15 – 20	Séparez et retournez les morceaux.
Crevettes	225	Décongélation	4 – 5	15 – 20	Séparez et retournez les aliments.

Produits laitiers

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de repos (min)	Commentaires
Fromage blanc	250	Décongélation	8 – 10	3 – 5	Retirez les parties en aluminium, retournez à la moitié du temps
Beurre	250	Décongélation	2 – 3	3 – 5	Retirez les parties en aluminium, retournez à la moitié du temps
Fromage	250	Décongélation	3:30 – 4	3 – 5	Retirez les parties en aluminium, retournez à la moitié du temps
Crème	200	Décongélation	7 – 9	3 – 5	Retirez les parties en aluminium, retournez à la moitié du temps

Gâteaux/pâtisseries

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de repos (min)	Commentaires
Gâteau au fromage	1 morceau	Décongélation	1 –1:30	-	Retournez à la moitié du temps.
Gâteau	1 morceau	Décongélation	1 –1:30	-	Retournez à la moitié du temps.
Gâteau sans garniture (ex. quatre-quarts)	1 morceau	Décongélation	1:30 – 2	1 – 2	Retournez à la moitié du temps.
Cake aux fruits	1 morceau	Décongélation	1:30 – 2	1 – 2	Retournez à la moitié du temps.
Pain en tranches	300	Décongélation	3 – 4	1 – 2	Retournez à la moitié du temps.
Petits pains	4 petits pains	Décongélation	1 –1:30	1 – 2	Retournez à la moitié du temps.

Fruits

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de repos (min)	Commentaires
Fraises	300	Décongélation	5 – 6	2 – 3	Remuez à la moitié du temps
Prunes, cerises, framboises, cassis, abricots	250	Décongélation	4– 5	2 – 3	Remuez à la moitié du temps

Cuisson

Sortez toujours la viande et la volaille froides du réfrigérateur au moins 30 minutes avant de les cuire.

Après la cuisson, laissez reposer la viande, la volaille ou les légumes en les couvrant.
Huilez ou beurrez légèrement le poisson.
Pour cuire des légumes, ajoutez 30 à 45 ml d'eau froide par tranche de 250 g, sauf si le

tableau indique une quantité différente. Coupez les légumes frais en morceaux de même taille avant de les cuire. Faites chauffer tous les légumes en couvrant le récipient.

Viande

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de repos (min)	Commentaires
Morceau de bœuf : - Saignant - À point - Bien cuit	450	Puissance moyennement élevée	10 – 12 11 – 14 13 – 16	5 – 10	Faites chauffer en couvrant. Retournez la viande plusieurs fois durant la cuisson.
Morceau de porc	450	Puissance élevée	14 – 18	5 – 10	Faites chauffer en couvrant. Retournez la viande plusieurs fois durant la cuisson.
Morceau de lard	450	Puissance élevée	10 – 12	5 – 10	Faites chauffer en couvrant. Retournez la viande plusieurs fois durant la cuisson.

Volaille

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de repos (min)	Commentaires
Poulet entier	900	Puissance élevée	16 – 24	5 – 10	Faites chauffer en couvrant. Retournez la viande plusieurs fois durant la cuisson.
Dés de poulet	450	Puissance moyennement élevée	7 – 11	5 – 10	Faites chauffer en couvrant. Retournez la viande plusieurs fois durant la cuisson.
Escalope de poulet (désossée)	450	Puissance moyennement élevée	8 – 12	5 – 10	Faites chauffer en couvrant. Retournez la viande plusieurs fois durant la cuisson.

Poisson

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de repos (min)	Commentaires
Filets de poisson	450	Puissance élevée	6 – 10	5 – 10	Faites chauffer en couvrant. Retournez le poisson plusieurs fois durant la cuisson.
Maquereau entier (nettoyé et préparé)	450	Puissance élevée	6 – 10	5 – 10	Faites chauffer en couvrant. Retournez le poisson plusieurs fois durant la cuisson.

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de repos (min)	Commentaires
Truite entière (nettoyée et préparée)	450	Puissance élevée	7 – 12	5 – 10	Faites chauffer en couvrant. Retournez le poisson plusieurs fois durant la cuisson.
Steaks de saumon	450	Puissance élevée	6 – 10	5 – 10	Faites chauffer en couvrant. Retournez le poisson plusieurs fois durant la cuisson.

Légumes frais

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de repos (min)	Commentaires
Brocolis	250 500	Puissance élevée	4 – 6 7 – 9	2 – 3	Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.
Choux de Bruxelles	250	Puissance élevée	5 – 6	2 – 3	Ajoutez 60 à 75 ml d'eau. Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.
Carottes	250	Puissance élevée	4 – 6	2 – 3	Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.
Chou-fleur	250 500	Puissance élevée	4 – 6 7 – 9	2 – 3	Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.
Courgette	250	Puissance élevée	4 – 6	2 – 3	Ajoutez 30 ml d'eau ou 2 cuillères à soupe de beurre. Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.
Aubergine	250	Puissance élevée	4 – 6	2 – 3	Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.
Poireaux	250	Puissance élevée	4 – 6	2 – 3	Coupez-les en lamelles épaisses. Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de re-pos (min)	Commentaires
Champignons	125 250	Puissance élevée	3 – 5 5 – 7	2 – 3	N'ajoutez pas d'eau. Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après. Égouttez avant de servir.
Oignons	250	Puissance élevée	4 – 6	2 – 3	Ajoutez 15 ml d'eau. Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.
Poivron	250	Puissance élevée	5 – 7	2 – 3	Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.
Pommes de terre épluchées	250 500	Puissance élevée	5 – 7 10 – 12	2 – 3	Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.
P. de t. en robe des champs	800	Puissance élevée	15 – 18	2 – 3	Faites chauffer en couvrant, remuez à la moitié du temps.
Chou	250	Puissance élevée	7 – 9	2 – 3	Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.

Légumes surgelés

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de re-pos (min)	Commentaires
Épinards	125	Puissance élevée	3 – 5	2 – 3	Ajoutez 15 ml d'eau. Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.
Brocolis	250	Puissance élevée	4 – 6	2 – 3	Ajoutez 30 ml d'eau. Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de repos (min)	Commentaires
Petits pois	250	Puissance élevée	4 – 6	2 – 3	Ajoutez 15 ml d'eau. Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.
Haricots verts	250	Puissance élevée	5 – 7	2 – 3	Ajoutez 30 ml d'eau. Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.
Mélange de légumes (carottes/petits pois/maïs)	250	Puissance élevée	5 – 7	2 – 3	Ajoutez 15 ml d'eau. Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.
Mélange de légumes (à l'asiatique)	250	Puissance élevée	6 – 8	2 – 3	Ajoutez 15 ml d'eau. Faites chauffer en couvrant. Remuez une fois durant la cuisson, puis une fois après.

Faire fondre

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de repos (min)	Commentaires
Chocolat/Enrobage au chocolat	150	Moyenne	3 – 4	2 – 3	Remuez à la moitié du temps.
Beurre	100	Moyenne	2 – 3	2 – 3	Remuez à la moitié du temps.

Réchauffage

Lorsque vous réchauffez des plats cuisinés emballés, suivez toujours les instructions figurant sur l'emballage.

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de repos (min)	Commentaires
Petits pots pour bébés	128	Puissance élevée	0:50	1 – 2	Remuez à la moitié du temps. Vérifiez la température !

Plat	Poids (g)	Réglage de la puissance	Durée (min)	Temps de repos (min)	Commentaires
Lait pour bébés	100 ml 225 ml	Puissance élevée	0:30 – 1 1 – 1:30	1 – 2	Introduisez une cuillère dans le biberon, remuez, contrôlez la température !
Sandwich roulé ou rond	1 sandwich	Puissance élevée	0:30 – 1	1 – 2	Enveloppez-le dans une serviette en papier, puis placez-le sur le plateau de cuisson en verre. N'utilisez pas de serviette en papier recyclé.
Plats préparés	400 - 500	Puissance élevée	7 – 10	2 – 3	Retirez toute partie en aluminium. Retournez à la moitié du temps
Plats cuisinés surgelés	400 - 500	Puissance élevée	8 – 12	2 – 3	Retirez toute partie en aluminium. Retournez à la moitié du temps
Lasagnes	300	Puissance élevée	6 – 10	2 – 3	Faites chauffer en couvrant.
Ragoût	1 tasse 4 tasses	Puissance élevée	3 – 5 7 –10	2 – 3	Faites chauffer en couvrant. Remuez à la moitié du temps.
Purée de pommes de terre	1 tasse 4 tasses	Puissance élevée	2 – 5 8 – 10	2 – 3	Faites chauffer en couvrant. Remuez à la moitié du temps.
Haricots blancs à la sauce tomate	1 tasse	Puissance élevée	3 – 5	1 – 2	Faites chauffer en couvrant. Remuez à la moitié du temps.
Raviolis ou pâtes avec sauce	1 tasse 4 tasses	Puissance élevée	4 – 6 10 – 14	2 – 3	Faites chauffer en couvrant. Remuez à la moitié du temps.
Lait	200 ml	Puissance élevée	1 – 1:30	1	Placez une cuillère dans le récipient.
Eau	200 ml	Puissance élevée	2 – 2:30	1	Placez une cuillère dans le récipient.
Sauce	200 ml	Puissance élevée	3 – 4	1	Remuez à la moitié du temps
Soupe	300 ml	Puissance élevée	4 – 5	1	Remuez à la moitié du temps

La température et les temps de cuisson indiqués sont fournis uniquement à titre indicatif. Ils varient en fonction des recettes, de la qualité et de la quantité des ingrédients utilisés.

Petit-déjeuner

Omelettes

Ingrédients :

- 15 g de beurre fondu
- 4 œufs
- 6 cuillères à soupe de lait
- sel et poivre

Préparation :

Fouettez les œufs et le lait, salez et poivrez. Badigeonnez le plat de beurre fondu. Versez la préparation pour l'omelette dans un plat à tarte. Faites cuire à puissance élevée pendant 3 minutes, retournez l'omelette, puis laissez cuire encore 1 minute à puissance élevée.

– Temps de cuisson : 4 minutes au total

Œufs brouillés

Ingrédients :

- 15 g de beurre fondu
- 2 œufs
- 2 cuillères à soupe de lait
- sel et poivre

Préparation :

Mélangez les œufs, le lait et le beurre fondu, puis salez et poivrez. Faites cuire à puissance élevée pendant 3 minutes, en remuant toutes les 30 secondes.

– Temps de cuisson : 3 minutes au total

Dîner

Soupe de tomate à l'orange

Ingrédients :

- 25 g de beurre fondu
- 1 oignon émincé de taille moyenne
- 1 grosse carotte
- 1 grosse pomme de terre coupée en dés
- 800 g de tomates concassées en conserve
- Le jus et le zeste d'une orange moyenne
- 900 ml de bouillon de légumes chaud
- sel et poivre

Préparation :

Mélangez l'oignon, la carotte, la pomme de terre et le beurre fondu, et faites les cuire à puissance élevée pendant 6 minutes. Remuez à la moitié du temps. Ajoutez ensuite les tomates, le jus et le zeste d'orange, et le bouillon. Mélangez bien le tout, salez et poivrez. Couvrez le récipient, puis faites cuire à puissance élevée pendant 18 minutes jusqu'à ce que les légumes soient tendres. Remuez 2 à 3 fois durant la cuisson. Mixez la soupe avant de servir.

– Temps de cuisson : 24 minutes au total

Soupe à l'oignon

Ingrédients :

- 1 gros oignon coupé en lamelles
- 1 cuillère à soupe d'huile de maïs
- 50 g de farine
- 1,2 l de bouillon de viande ou de légumes
- 2 cuillères à soupe de persil haché
- 4 tranches de pain épaisses
- 50 g de fromage râpé

Préparation :

Mélangez l'oignon et l'huile de maïs dans un saladier. Faites cuire à puissance élevée pendant 2 minutes. Mélangez-y la farine, puis versez le bouillon petit à petit. Salez, poivrez, puis ajoutez le persil. Couvrez le saladier et laissez cuire à puissance moyenne pendant 18 minutes. Versez la soupe dans des bols, posez une tranche de pain dans chaque bol, et parsemez généreusement de fromage. Faites cuire pendant 2 minutes à puissance moyennement élevée, jusqu'à ce que le fromage fonde.

– Temps de cuisson : 22 minutes au total

Légumes frits

Ingrédients :

- 1 cuillère à soupe d'huile de tournesol
- 2 cuillères à soupe de sauce de soja
- 1 cuillère à soupe de sherry
- une racine de gingembre de 2,5 cm, pelée et grattée
- 2 carottes moyennes coupées en fines lamelles
- 100 g de champignons de Paris
- 50 g de pousses de soja
- 100 g de mangetouts
- 1 poivron rouge, égrainé et coupé en fines lamelles
- 4 ciboules hachées
- 100 g de châtaignes d'eau en conserve, coupées en lamelles
- 1/4 de tête de chou chinois, finement émincé

Préparation :

Mélangez l'huile de tournesol, la sauce de soja, le sherry, le gingembre et les carottes dans un saladier. Couvrez-le et faites-le cuire à puissance élevée pendant 5 à 6 minutes. Remuez une fois. Ajoutez ensuite les champignons de Paris, les pousses de soja, les mangetouts, le poivron rouge, les ciboules, les châtaignes d'eau et le chou chinois. Mélangez bien le tout. Faites cuire à puissance élevée pendant 5 à 6 minutes, jusqu'à ce que les légumes soient tendres. Remuez 2 à 3 fois durant la cuisson.

– Temps de cuisson : 10 à 12 minutes au total

Poulet au miel

Ingrédients :

- 4 escalopes de poulet désossées
- 2 cuillères à soupe de miel
- 1 cuillère à soupe de moutarde à l'ancienne
- ½ cuillère à soupe d'estragon séché
- 1 cuillère à soupe de purée de tomate
- 150 de bouillon de volaille
- sel et poivre

Préparation :

Placez les escalopes de poulet dans une sauteuse. Mélangez tous les autres ingrédients ensemble. Versez ensuite ce mélange sur le poulet. Salez et poivrez. Faites cuire à puissance élevée pendant 12 à 14 minutes. Retournez les escalopes et arrosez-les de sauce deux fois durant la cuisson.

– Temps de cuisson : 12 à 14 minutes au total

Pommes de terre en robe des champs au bleu et ciboulette

Ingrédients :

- 2 pommes de terre cuites (250 g chacune)
- 50 g de beurre
- 100 g de fromage à pâte persillée, en dés
- 1 cuillère à soupe de ciboulette fraîche hachée
- 50 g de champignons coupés en lamelles
- sel et poivre

Préparation :

Piquez chaque pomme de terre. Faites cuire à puissance élevée pendant 12 à 14 minutes. Coupez les pommes de terre en deux, puis creusez-lez. Mélangez la pulpe de pommes de terre, le beurre, le fromage, la ciboulette et les champignons dans un saladier. Salez et poivrez. Versez le mélange dans les peaux des pommes de terre, puis placez-les dans un plat à tarte. Faites cuire à puissance moyennement élevée pendant 10 minutes.

– Temps de cuisson : 22 à 24 minutes au total

Sauce béchamel

Ingrédients :

- 25 g de beurre fondu
- 25 g de farine
- 300 ml de lait
- sel et poivre

Préparation :

Mélangez le beurre, la farine et le lait. Faites cuire à puissance élevée pendant 4 à 5 minutes. Mélangez pendant 2 minutes, jusqu'à ce

que la sauce soit épaisse et lisse. Salez et poivrez.

– Temps de cuisson : 4 à 5 minutes au total

Viande hachée aux herbes

Ingrédients :

- 1 petit oignon émincé
- 1 gousse d'ail écrasée
- 1 cuillère à café d'huile
- 200 g de tomates concassées en conserve
- 1 cuillère à soupe de purée de tomate
- 1 cuillère à soupe de mélange d'herbes
- 225 g de bœuf haché
- sel et poivre

Préparation :

Mélangez l'oignon, l'ail et l'huile dans une sauteuse. Faites cuire à puissance élevée pendant 2 minutes, ou jusqu'à ce que le mélange soit tendre. Ajoutez ensuite tous les autres ingrédients. Couvrez la sauteuse et faites cuire à puissance élevée pendant 5 minutes, puis pendant 8 à 12 minutes à puissance moyenne, ou jusqu'à ce que la viande soit cuite.

– Temps de cuisson : 15 à 19 minutes au total

Desserts

Confiture de fraises

Ingrédients :

- 675 g de fraises équeutées
- 3 cuillères à soupe de jus de citron
- 675 g de sucre en poudre

Préparation :

Placez les fraises dans un grand saladier, puis versez le jus de citron. Faites cuire à puissance élevée pendant 6 minutes, ou jusqu'à ce que les fruits soient fondants. Ajoutez le sucre et mélangez bien. Faites cuire à puissance moyenne pendant 27 à 32 minutes, jusqu'au point de cuisson. Mélangez toutes les 4 à 5 minutes. Versez la confiture dans des pots propres. Couvrez, scellez et étiquetez les pots. Pour savoir si la confiture a atteint le point de cuisson, déposez une cuillère à café de confiture dans une petite assiette froide. Laissez reposer pendant 1 minute. Touchez ensuite délicatement la surface de la confiture avec votre doigt. Si la surface de la confiture se plisse, vous avez atteint le point de cuisson.

– Temps de cuisson : 37 à 43 minutes au total

Gâteau plat au micro-ondes

Ingrédients :

- 100 g de margarine
- 100 g de sucre
- 1 œuf
- 100 g de farine levante tamisée
- 2 à 3 cuillères à soupe de lait

Préparation :

Tapissez le fond d'un plat à gâteau de papier sulfurisé. Fouettez la margarine avec le sucre jusqu'à ce que le mélange soit léger et mousseux. Battez l'œuf dans le mélange et ajoutez-y petit à petit la farine et le lait en alternant. Versez la pâte dans le plat à gâteau. Faites cuire à puissance élevée pendant 5 à 7 minutes. Piquez le gâteau avec un cure-dent. Si le cure-dent ne ressort pas sec et propre, le gâteau n'est pas encore prêt. Après la cuisson, laissez reposer le gâteau dans l'appareil 5 minutes de plus.

– Temps de cuisson : 5 à 7 minutes au total

Entretien et nettoyage

⚠ **Avertissement** Reportez-vous aux chapitres concernant la sécurité.

Remarques concernant le nettoyage :

- Nettoyez la façade de l'appareil à l'aide d'une éponge humide additionnée d'eau savonneuse.

- Utilisez un produit courant destiné au nettoyage des surfaces en métal.
- Nettoyez l'intérieur de l'appareil après chaque utilisation. Les salissures s'éliminent alors plus facilement et ne risquent pas de brûler.
- En cas de salissures importantes, nettoyez à l'aide de produits de nettoyage spécifiques.
- Nettoyez régulièrement tous les accessoires et laissez-les sécher. Utilisez un chiffon doux additionné d'eau chaude savonneuse.
- Pour ramollir les résidus alimentaires secs, faites bouillir un verre d'eau à pleine puissance de micro-ondes pendant 2 ou 3 minutes.
- Pour éliminer les odeurs, versez 2 cuillères à café de jus de citron dans un verre d'eau, puis faites bouillir ce mélange à pleine puissance de micro-ondes pendant 5 minutes.

En cas d'anomalie de fonctionnement



Avertissement Reportez-vous aux chapitres concernant la sécurité.

Problème	Cause probable	Solution
L'appareil ne fonctionne pas.	L'appareil est éteint.	Allumez l'appareil.
L'appareil ne fonctionne pas.	L'appareil n'est pas branché.	Branchez l'appareil.
L'appareil ne fonctionne pas.	Le fusible dans la boîte à fusibles a disjoncté.	Vérifiez le fusible. Si le fusible disjoncte de manière répétée, faites appel à un électricien qualifié.
L'appareil ne fonctionne pas.	La porte n'est pas fermée correctement.	Assurez-vous que rien ne bloque la porte.
L'éclairage ne fonctionne pas.	L'éclairage est défectueux.	L'ampoule doit être remplacée.
Des étincelles jaillissent dans la cavité.	Vous avez placé des plats en métal ou ayant des éléments en métal dans l'appareil.	Retirez le plat de l'appareil.
Des étincelles jaillissent dans la cavité.	Des brochettes en métal ou du papier d'aluminium touchent les parois intérieures.	Assurez-vous que les brochettes et le papier d'aluminium ne touchent pas les parois intérieures.
L'ensemble du plateau tournant émet un grincement.	Il y a un objet ou de la salissure sous le plateau de cuisson en verre.	Nettoyez le dessous du plateau de cuisson en verre.
L'appareil s'arrête de fonctionner sans raison apparente.	Une anomalie de fonctionnement s'est produite.	Si cette situation se reproduit, contactez le service après-vente.

Si vous ne trouvez pas de solution au problème, veuillez contacter votre revendeur ou le service après-vente.

Les informations à fournir au service après-vente figurent sur la plaque signalétique.

Nous vous recommandons de noter ces informations ici :

Modèle (MOD.)	....
Référence du produit (PNC)	....
Numéro de série (S.N.)	....

Installation

⚠ **Attention** Ne bouchez pas les aérations. Cela pourrait provoquer une surchauffe de l'appareil.

⚠ **Attention** L'appareil ne doit pas être raccordé à l'aide d'un prolongateur, d'une prise multiple ou d'un raccordement multiple. Cela pourrait provoquer une surchauffe et un incendie.

- L'appareil est uniquement destiné à être utilisé sur le plan de travail d'une cuisine. Il doit être installé sur une surface plate et stable.
- Éloignez le plus possible l'appareil de la vapeur, de l'air chaud et des projections d'eau.
- Si vous devez transporter l'appareil par temps froid, ne l'allumez pas immédiatement après l'installation. Laissez-le atteindre la température de la pièce et absorber la chaleur.

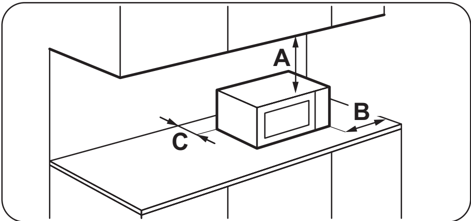
Installation électrique

⚠ **Avertissement** Le branchement électrique doit être confié à un électricien qualifié.

ℹ Le fabricant ne pourra être tenu pour responsable si vous ne respectez pas les précautions de sécurité du chapitre « Consignes de sécurité ».

Cet appareil est fourni avec un câble d'alimentation et une fiche d'alimentation.

⚠ **Attention** La hauteur d'installation minimale est de 85 cm.



Distances minimales

Dimensions	mm
A	100
B	76
C	76

En matière de protection de l'environnement

Recyclez les matériaux portant le symbole ♲ . Déposez les emballages dans les conteneurs prévus à cet effet.
Contribuez à la protection de l'environnement et à votre sécurité, recyclez vos produits électriques et électroniques. Ne jetez pas les appareils portant le symbole avec les ordures ménagères. Emmenez un tel produit dans votre centre local de recyclage ou contactez vos services municipaux.

Matériau d'emballage
Les matériaux d'emballage sont conçus dans le respect de l'environnement et sont recyclables. Les pièces en plastique sont marquées d'abréviations internationales telles que PE, PS, etc. Jetez les emballages dans les conteneurs de la commune prévus à cet effet.

Inhalt

Änderungen vorbehalten.

Sicherheitsinformationen

Lesen Sie vor der Montage und Verwendung des Geräts sorgfältig die mitgelieferte Anleitung. Der Hersteller haftet nicht für Verletzungen oder Schäden, die durch eine fehlerhafte Montage entstehen. Bewahren Sie die Anleitung zum Nachschlagen auf.

Sicherheit von Kindern und schutzbedürftigen Personen

⚠ **Warnung!** Es besteht Erstickungsgefahr, das Risiko von Verletzungen oder permanenten Behinderungen.

- Dieses Gerät kann dann von Kindern ab 8 Jahren, von Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten sowie von Personen ohne bisherige Erfahrung im Umgang mit solchen Geräten bedient werden, wenn sie dabei von einer Person, die für ihre Sicherheit verantwortlich ist, beaufsichtigt werden.
- Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Kinder unter 3 Jahren dürfen sich nicht unbeaufsichtigt in der Nähe des Geräts aufhalten.
- Halten Sie das Verpackungsmaterial von Kindern fern.
- Halten Sie Kinder und Haustiere vom Gerät fern, wenn es in Betrieb oder in der Abkühlphase ist. Berührbare Teile sind heiss.
- Falls Ihr Gerät mit einer Kindersicherung ausgestattet ist, empfehlen wir, diese einzuschalten.
- Reinigung und Wartung des Geräts darf nicht von Kindern ohne Aufsicht erfolgen.

- Halten Sie Kinder unter 8 Jahren vom Gerät und dem Netzkabel fern.

Allgemeine Sicherheit

- Dieses Gerät ist für die Verwendung im Haushalt und ähnliche Zwecke vorgesehen, wie z. B.:
  - Personalküchenbereiche in Geschäften, Büros und anderen Arbeitsumfeldern
  - Bauernhöfe
  - Für Gäste in Hotels, Motels und anderen Wohnumgebungen
  - Pensionen und vergleichbaren Unterbringungsmöglichkeiten.
- Der Geräteinnenraum wird während des Betriebs heiß. Berühren Sie nicht die Heizelemente im Geräteinnern. Verwenden Sie zum Anfassen des Zubehörs und der Töpfe wärmeisolierende Handschuhe.
- Benutzen Sie zum Reinigen des Geräts keinen Dampfreiniger.
- Trennen Sie vor Wartungsarbeiten das Gerät von der Stromversorgung.
- Sind die Tür oder die Türdichtungen beschädigt, darf das Gerät erst nach der Reparatur durch autorisiertes Fachpersonal in Betrieb genommen werden.
- Die Geräte dürfen keinesfalls durch eine externe Zeitschaltuhr oder ein separates Fernbedienungssystem bedient werden.
- Die Wartungs- oder Reparaturarbeiten, bei denen die Abdeckung, die vor der Strahlungsenergie der Mikrowellen schützt, entfernt werden muss, dürfen nur von Fachpersonal durchgeführt werden.
- Erwärmen Sie keine Flüssigkeiten oder andere Lebensmittel in geschlossenen Behältern. Sie könnten explodieren.
- Verwenden Sie nur mikrowellengeeignete Kochutensilien.

- Wenn Sie Lebensmittel in Behältern aus Kunststoff oder Papier erwärmen, beobachten Sie das Gerät aufmerksam, da die Möglichkeit einer Entflammung besteht.
- Das Gerät ist zum Erwärmen von Speisen und Getränken vorgesehen. Das Trocknen von Kleidungsstücken und das Erwärmen von Wärmekissen, Hausschuhen, Schwämmen, feuchten Tüchern o.Ä. ist gefährlich, da es zu Verletzungen, Entflammungen oder Bränden führen kann.
- Wenn Rauch aus dem Gerät austritt, schalten Sie das Gerät aus oder trennen Sie es vom Stromnetz, und halten Sie die Tür geschlossen, um Flammenbildung zu vermeiden bzw. bereits bestehende Flammen zu ersticken.
- Das Erwärmen von Getränken in der Mikrowelle kann zu einem verzögerten Überkochen führen. Seien Sie bei der Handhabung des Behälters vorsichtig.
- Der Inhalt von Milchfläschchen und Gläsern mit Babynahrung muss vor dem Verzehr umgerührt oder geschüttelt und die Temperatur geprüft werden, um Verbrennungen zu vermeiden.
- Eier in der Schale und ganze hartgekochte Eier dürfen in dem Gerät nicht erwärmt werden, da sie auch nach Abschluss der Erwärmung explodieren können.
- Das Gerät muss regelmäßig gereinigt und Lebensmittelablagerungen entfernt werden.
- Wird das Gerät nicht regelmäßig gereinigt, können die Oberflächen beschädigt werden; dies kann sich nachteilig auf die Lebensdauer des Geräts auswirken und zu gefährlichen Situationen führen.
- Die Oberflächen des Geräts können während des Betriebs sehr heiß werden.
- Die Mikrowelle darf nicht in einem Einbauküchenschrank installiert werden, es sei denn, sie wurde in einem Einbauschrank getestet.

- Die Geräterückseite muss gegen die Wand gestellt werden.
- Benutzen Sie keine Scheuermittel oder Metallschwämmchen zum Reinigen der Ofenglastür; sie können die Glasfläche verkratzen und zum Zersplittern der Scheibe führen.
- Wenn das Netzkabel beschädigt ist, muss es vom Hersteller, seinem Kundenservice oder einer gleichermaßen qualifizierten Person ausgetauscht werden, um Gefahrenquellen zu vermeiden.

 Sicherheitshinweise

Montage

 **Warnung!** Nur eine qualifizierte Fachkraft darf den elektrischen Anschluss des Geräts vornehmen.

- Entfernen Sie das gesamte Verpackungsmaterial.
- Stellen Sie ein beschädigtes Gerät nicht auf und benutzen Sie es nicht.
- Halten Sie sich an die mitgelieferte Montageanleitung.
- Das Gerät kann in der Küche fast überall aufgestellt werden. Stellen Sie sicher, dass das Gerät auf einer flachen, ebenen Fläche aufgestellt wird und die Lüftungsöffnungen unter dem Gerät nicht abgedeckt werden (zur ausreichenden Lüftung).

Elektrischer Anschluss

 **Warnung!** Brand- und Stromschlaggefahr.

- Alle elektrischen Anschlüsse sind von einem geprüften Elektriker vorzunehmen.
- Das Gerät muss geerdet sein.
- Stellen Sie sicher, dass die elektrischen Daten auf dem Typenschild den Daten Ihrer Stromversorgung entsprechen. Wenden Sie sich andernfalls an eine Elektrofachkraft.
- Wird das Gerät über ein Verlängerungskabel an der Steckdose angeschlossen, stellen Sie sicher, dass das Kabel geerdet ist.
- Achten Sie darauf, Netzstecker und Netzkabel nicht zu beschädigen. Wenden Sie sich zum Austausch des beschädigten Netzkabels an den Kundendienst oder einen Elektriker.
- Ziehen Sie nicht am Netzkabel, um das Gerät von der Spannungsversorgung zu trennen. Ziehen Sie dazu immer direkt am Netzstecker.

Gebrauch

 **Warnung!** Es besteht Verletzungs-, Verbrennungs-, Stromschlag- oder Explosionsgefahr.

- Das Gerät ist für die Verwendung im Haushalt vorgesehen.
- Nehmen Sie keine technischen Änderungen am Gerät vor.
- Die Lüftungsöffnungen dürfen nicht abgedeckt werden.
- Lassen Sie das Gerät bei Betrieb nicht unbeaufsichtigt.
- Üben Sie keinen Druck auf die geöffnete Gerätetür aus.
- Verwenden Sie das Gerät nicht als Arbeitsfläche und den Garraum nicht zur Aufbewahrung.

Reinigung und Pflege

 **Warnung!** Es besteht die Gefahr von Verletzungen, Bränden und Geräteausfall.

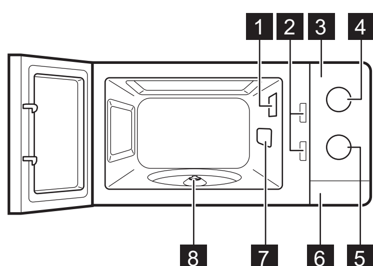
- Schalten Sie das Gerät immer aus und ziehen Sie den Netzstecker aus der Steckdose, bevor Reinigungsarbeiten durchgeführt werden.
- Reinigen Sie das Gerät regelmäßig, um eine Abnutzung des Oberflächenmaterials zu verhindern.
- Es dürfen sich keine Lebensmittelspritzer oder Reste von Reinigungsmitteln auf den Türdichtflächen befinden.
- Fett- oder Speisereste im Gerät können einen Brand verursachen.
- Reinigen Sie das Gerät mit einem weichen, feuchten Tuch. Verwenden Sie ausschließlich Neutralreiniger. Benutzen Sie keine Scheuermittel, scheuernde Reinigungsschwämmchen, Lösungsmittel oder Metallgegenstände.
- Falls Sie ein Backofenspray verwenden, befolgen Sie bitte unbedingt die Anweisungen auf der Verpackung.

Entsorgung

⚠ **Warnung!** Verletzungs- und Erstickungsgefahr.

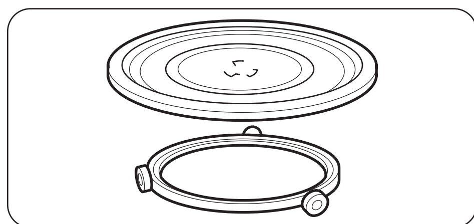
- Trennen Sie das Gerät von der Stromversorgung.
- Schneiden Sie das Netzkabel ab, und entsorgen Sie es.

Gerätebeschreibung



1 Licht
2 Sicherheitsverriegelungssystem
3 Bedienfeld
4 Leistungsstufen-Knopf
5 Uhr-Knopf
6 Türtaste
7 Mikrowellenabdeckung
8 Drehspindel

Zubehör



Drehteller-Set
Glasteller und Rollenführung

ℹ Beim Zubereiten von Speisen verwenden Sie stets das Drehteller-Set.

Vor der ersten Inbetriebnahme

⚠ **Warnung!** Siehe Sicherheitshinweise.

Erste Reinigung

- Entfernen Sie alle Teile aus dem Gerät.
- Reinigen Sie das Gerät vor dem ersten Gebrauch.

Wichtig! Siehe Kapitel „Reinigung und Pflege“.

Täglicher Gebrauch

⚠ **Warnung!** Siehe Sicherheitshinweise.

Ein- und Ausschalten des Geräts

1. Zur Auswahl der Kochstufe drehen Sie den Kochstufeneinstellungs-Knopf
2. Drehen Sie den Uhr-Knopf, um eine Zeit einzustellen. Dieser schaltet das Gerät automatisch ein.
3. Sie können das Gerät wie folgt ausschalten:
   – warten Sie, bis sich das Gerät automatisch ausschaltet, wenn der Uhr-Knopf die Position „AUS“ erreicht.
   – drehen Sie den Uhr-Knopf auf Position „AUS“.
   – drücken Sie die Türtaste. Das Gerät stoppt automatisch. Schließen Sie die Tür zum Weitergaren. Verwenden Sie diese Option, um den Garfortschritt der Speise zu überprüfen.

   Beim Erreichen Position „AUS“ ertönt ein akustisches Signal.

⚠ **Vorsicht!** Nehmen Sie das Gerät nicht in Betrieb, wenn sich keine Speisen in ihm befinden.

ℹ Möchten Sie die Zeit auf weniger als 2 Minuten einstellen, drehen Sie den Uhr-Knopf zunächst auf über 2 Minuten, anschließend drehen Sie ihn auf die gewünschte Zeit zurück.

Allgemeine Informationen zum Gebrauch des Gerätes

Allgemeines:

- Lassen Sie die fertige Speise nach dem Ausschalten des Geräts einige Minuten stehen.
- Vor der Zubereitung Aluminiumverpackungen, Metallbehälter etc. von den Lebensmitteln entfernen.

Garvorgang:

- Lebensmittel nach Möglichkeit mit einem mikrowellengeeigneten Material abdecken. Lebensmittel nur dann ohne Abdeckung garen, wenn eine Kruste gewünscht ist.
- Übergaren Sie die Speisen nicht, indem Sie die Leistung zu hoch und die Zeit zu lang einstellen. Die Lebensmittel können austrocknen, verbrennen oder an manchen Stellen Feuer fangen.
- Das Gerät eignet sich nicht, um Eier in der Schale oder Schnecken im Schneckenhaus zu garen, da diese platzen können. Beim Zubereiten von Spiegeleiern zuerst den Dotter anstechen.
- Stechen Sie Lebensmittel mit „Haut“ oder „Schale“, wie Kartoffeln, Tomaten oder Würstchen, vor dem Garen mit einer Gabel mehrfach an, damit sie nicht platzen.
- Die Garzeit bei kalten oder tiefgekühlten Lebensmitteln verlängern.
- Gerichte mit einer Soße müssen von Zeit zu Zeit umgerührt werden.
- Feste Gemüsesorten wie Karotten, Erbsen oder Blumenkohl müssen in Wasser gegart werden.
- Größere Stücke nach der Hälfte der Garzeit wenden.
- Gemüse nach Möglichkeit in gleich große Stücke schneiden.
- Flaches, breites Kochgeschirr verwenden.
- Kein Kochgeschirr aus Porzellan, Keramik oder Steingut mit kleinen Löchern z. B. an Griffen oder unglasierten Böden verwenden. In den Löchern kann sich Feuchtigkeit absetzen, die beim Erhitzen zu Rissen im Kochgeschirr führen kann.
- Der Glasteller ist eine Unterlage zum Erhitzen von Speisen und Flüssigkeiten. Er ist wichtiger Bestandteil der Mikrowelle.

Auftauen von Fleisch, Geflügel, Fisch:

- Gefrorene, ungeöffnete Lebensmittel auf einem kleinen, umgedrehten Teller so in einen Behälter legen, dass die Auftauflüssigkeit vom Behälter aufgefangen wird.
- Drehen Sie das Lebensmittel nach der halben Auftauzeit um. Bereits angetaute Stücke nach Möglichkeit teilen und herausnehmen.

Auftauen von Butter, Tortenstücken, Quark:

- Nicht vollständig im Gerät auftauen, sondern bei Zimmertemperatur auftauen lassen. Dies ergibt ein gleichmäßigeres Ergebnis. Vor dem Auftauen alle Metall- oder Aluminiumverpackungen entfernen.

Auftauen von Obst, Gemüse:

- Obst und Gemüse nicht vollständig im Gerät auftauen, wenn es im rohen Zustand weiterverarbeitet werden soll. Bei Zimmertemperatur auftauen lassen.
- Durch Einstellen einer höheren Mikrowellenleistung kann Obst und Gemüse ohne vorheriges Auftauen gegart werden.

Fertiggerichte:

- Sie können Fertiggerichte im Gerät nur zubereiten, wenn ihre Verpackung mikrowellengeeignet ist.
- Befolgen Sie die Herstelleranweisungen auf der Verpackung (z. B. Metalldeckel entfernen und Kunststofffolie einstechen).

Geeignetes Kochgeschirr und Material

Kochgeschirr/Material	Mikrowelle		
	Auftauen	Erhitzen	Garen
Feuerfestes Glas und Porzellan (ohne Metallteile, z. B. Pyrex, feuerfestes Glas)	X	X	X
Nicht hitzebeständiges Glas und Porzellan [1)]	X	--	--
Glas und Glaskeramik aus feuerfestem/frostbeständigem Material (z. B. Arcoflam), Grillrost	X	X	X
Keramik [2)], Steingut [2)]	X	X	X
Hitzebeständiger Kunststoff bis 200 °C [3)]	X	X	X
Pappe, Papier	X	--	--
Frischhaltefolie	X	--	--
Bratfolie mit mikrowellengeeignetem Verschluss [3)]	X	X	X
Bratgeschirr aus Metall, z. B. Emaille, Gusseisen	--	--	--
Backformen, schwarz lackiert oder silikonbeschichtet [3)]	--	--	--
Backblech	--	--	--
Bräunungsgeschirr, z. B. Crisp- oder Crunchplatte	--	X	X
Fertiggerichte in Verpackungen [3)]	X	X	X

1) Ohne Beschichtung/Verzierung aus Silber, Gold, Platin oder Metall
2) Ohne Quarz- oder Metallteile oder metallhaltiger Glasur
3) Die vom Hersteller vorgegebene maximale Temperatur muss unbedingt berücksichtigt werden.

X geeignet

-- nicht geeignet

Tabelle Kochstufeneinstellung

Symbol	Leistungseinstellung	Leistung
	Schonend erhitzen	80 W
	Hitze	130 W
	Auftauen	190 W
	Niedrige Stufe	280 W
	Mittel	360 W
	Mittelhoch	430 W
	Hoch	500 W

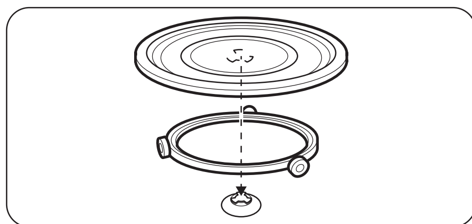
Verwendung des Zubehörs

Warnung! Siehe Sicherheitshinweise.

Vorsicht! Lebensmittel nicht ohne das Drehteller-Set garen. Verwenden Sie ausschließlich das mit dem Gerät gelieferte Drehteller-Set.

Lebensmittel niemals direkt auf dem Glasteller garen.

Einsetzen des Drehteller-Sets



1. Legen Sie die Rollenführung um die Drehspindel.
2. Stellen Sie den Glasteller auf die Rollenführung.

Tipps für die Mikrowelle

Problem	Abhilfe
Sie finden keine Angaben für die zuzubereitende Speisemenge.	Orientieren Sie sich an einem ähnlichen Lebensmittel. Verlängern oder verkürzen Sie die Garzeiten nach folgender Regel: **Doppelte Menge = fast doppelte Zeit**, **Halbe Menge = halbe Zeit**.
Die Speise wurde zu trocken.	Kürzere Garzeit einstellen oder niedrigere Mikrowellen-Leistung wählen.
Die Speise ist nach Ablauf der Zeit immer noch nicht aufgetaut, heiß oder gegart.	Längere Garzeit einstellen oder höhere Leistung wählen. Beachten Sie, dass größeres Geschirr mehr Zeit braucht.
Nach Ablauf der Garzeit ist das Gargut an den Rändern überhitzt, aber in der Mitte immer noch nicht gar.	Stellen Sie das nächste Mal eine niedrigere Leistung und längere Zeit ein. Flüssigkeiten nach der Hälfte der Zeit umrühren, z. B. Suppe.

- Die Standzeiten finden Sie in Kochtabellen. Diese Informationen geben an, wie lange die Speise nach dem Garen im Gerät oder außerhalb des Gerätes ruhen muss. Dadurch wird die gleichmäßige Verteilung der Hitze in der Speise erreicht.
- Bei Reis erhalten Sie mit flachem Geschirr bessere Ergebnisse.

Die Kochstufeneinstellungen und Backzeiten in den Kochtabellen sind nur Richtwerte. Sie sind abhängig von den Rezepten, der Beschaffenheit, der Menge und der Temperatur der verwendeten Zutaten.

Auftauen

Braten immer mit der flachen Seite nach unten auftauen.
Abgedecktes Fleisch nicht auftauen, dadurch könnte das Fleisch gegart werden statt aufzutauen.
Geflügel stets mit der Brust nach unten auftauen.

Rindfleisch

Speise	Gewicht (g)	Leistungseinstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Rinderhack	450	Auftauen	11 – 14	15 – 20	Bereits angetaute Stücke teilen und herausnehmen.
Fleisch schmoren	675	Auftauen	14 – 18	25 – 30	Teilen und Teile neu anordnen.
Frikadellen	450 (je 110 g)	Auftauen	10 – 12	15 – 20	Nach der Hälfte der Zeit wenden.
Steak	200	Auftauen	5 – 7	10 – 15	Bereits angetaute Stücke teilen und herausnehmen. Nach der Hälfte der Zeit wenden.

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Gulasch	500	Auftauen	11 – 14	15 – 20	Teilen und das Fleisch neu anordnen. Bereits angetaute Stücke herausnehmen.
Wurst in Scheiben	100	Auftauen	3 – 5	5 – 10	Nach der Hälfte der Zeit wenden.

Schweinefleisch

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Rippchen	450	Auftauen	10 – 12	25 – 30	Teilen und Teile neu anordnen.
Koteletts	500 (je 125 g)	Auftauen	11 – 14	25 – 30	Teilen und die Teile wenden.
Schweinehack	450	Auftauen	11 – 14	15 – 20	Bereits angetaute Stücke teilen und herausnehmen.
Gulasch	500	Auftauen	12 – 15	15 – 20	Teilen und das Fleisch neu anordnen. Bereits angetaute Stücke herausnehmen.

Geflügel

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Hähnchen, ganz	1125	Auftauen	25 – 29	45 – 90	Nach der Hälfte der Zeit wenden. Falls erforderlich mit Aluminiumfolie abdecken.
Hähnchenbrust	450	Auftauen	15 – 18	15 – 30	Teilen und Teile neu anordnen.
Hähnchenbrust-würfel	900	Auftauen	22 – 25	25 – 30	Teilen und Teile neu anordnen.
Hähnchenschlegel	675	Auftauen	18 – 22	15 – 30	Teilen und Teile neu anordnen.

Fisch und Meeresfrüchte

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Fisch, ganz	450	Auftauen	9 – 11	15 – 20	Nach der Hälfte der Zeit wenden. Falls erforderlich mit Aluminiumfolie abdecken.
Fischfilets	675	Auftauen	12 – 14	15 – 20	Teilen und die Teile wenden.
Shrimps	225	Auftauen	4 – 5	15 – 20	Teilen und Teile neu anordnen.

Milchprodukte

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Quark	250	Auftauen	8 – 10	3 – 5	Aluminiumteile entfernen, nach der Hälfte der Zeit wenden
Butter	250	Auftauen	2 – 3	3 – 5	Aluminiumteile entfernen, nach der Hälfte der Zeit wenden
Käse	250	Auftauen	3:30 – 4	3 – 5	Aluminiumteile entfernen, nach der Hälfte der Zeit wenden
Sahne	200	Auftauen	7 – 9	3 – 5	Aluminiumteile entfernen, nach der Hälfte der Zeit wenden

Gebäck

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Käsekuchen	1 Stück	Auftauen	1 –1:30	-	Nach der Hälfte der Zeit wenden.
Kuchen (Torte)	1 Stück	Auftauen	1 –1:30	-	Nach der Hälfte der Zeit wenden.
Trockener Kuchen (z. B. Rührkuchen)	1 Stück	Auftauen	1:30 – 2	1 – 2	Nach der Hälfte der Zeit wenden.
Früchtekuchen	1 Stück	Auftauen	1:30 – 2	1 – 2	Nach der Hälfte der Zeit wenden.
Brot, geschnitten	300	Auftauen	3 – 4	1 – 2	Nach der Hälfte der Zeit wenden.
Brötchen	4 Brötchen	Auftauen	1 –1:30	1 – 2	Nach der Hälfte der Zeit wenden.

Früchte

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Erdbeeren	300	Auftauen	5 – 6	2 – 3	Nach der Hälfte der Zeit umrühren
Zwetschgen, Kirschen, Himbeeren, Johannisbeeren, Aprikosen	250	Auftauen	4– 5	2 – 3	Nach der Hälfte der Zeit umrühren

Garen

Gekühltes Fleisch und Geflügel stets 30 Minuten vor dem Garen aus dem Kühlschrank holen.
Fleisch, Geflügel, Fisch und Gemüse nach dem Garen abgedeckt lassen.
Den Fisch mit etwas Öl oder Butter bestreichen.

30 – 45 ml kaltes Wasser je 250 g Gemüse hinzufügen, falls in der Tabelle nichts Abweichendes angegeben ist. Frisches Gemüse vor dem Garen in gleich große Stücke schneiden. Gemüse immer in einem Gefäß abgedeckt garen.

Fleisch

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Rinderbraten: - Englisch - Medium - Durch	450	Mittelhoch	10 – 12 11 – 14 13 – 16	5 – 10	Abgedeckt garen. Das Lebensmittel während des Garvorgangs mehrmals wenden.
Schweinebraten	450	Hoch	14 – 18	5 – 10	Abgedeckt garen. Das Lebensmittel während des Garvorgangs mehrmals wenden.
Speckbraten	450	Hoch	10 – 12	5 – 10	Abgedeckt garen. Das Lebensmittel während des Garvorgangs mehrmals wenden.

Geflügel

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Hähnchen, ganz	900	Hoch	16 – 24	5 – 10	Abgedeckt garen. Das Lebensmittel während des Garvorgangs mehrmals wenden.

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Hähnchenbrust-würfel	450	Mittelhoch	7 – 11	5 – 10	Abgedeckt garen. Das Lebensmittel während des Garvorgangs mehrmals wenden.
Hähnchenbrust (mit Knochen)	450	Mittelhoch	8 – 12	5 – 10	Abgedeckt garen. Das Lebensmittel während des Garvorgangs mehrmals wenden.

Fisch

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Fischfilets	450	Hoch	6 – 10	5 – 10	Abgedeckt garen. Das Lebensmittel während des Garvorgangs mehrmals wenden.
Makrele, ganz (ausgenommen und zubereitet)	450	Hoch	6 – 10	5 – 10	Abgedeckt garen. Das Lebensmittel während des Garvorgangs mehrmals wenden.
Forelle, ganz (ausgenommen und zubereitet)	450	Hoch	7 – 12	5 – 10	Abgedeckt garen. Das Lebensmittel während des Garvorgangs mehrmals wenden.
Lachssteak	450	Hoch	6 – 10	5 – 10	Abgedeckt garen. Das Lebensmittel während des Garvorgangs mehrmals wenden.

Gemüse, frisch

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Brokkoli	250 500	Hoch	4 – 6 7 – 9	2 – 3	Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Rosenkohl	250	Hoch	5 – 6	2 – 3	60 – 75 ml Wasser zugeben. Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.
Möhren	250	Hoch	4 – 6	2 – 3	Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.
Blumenkohl	250 500	Hoch	4 – 6 7 – 9	2 – 3	Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.
Zucchini	250	Hoch	4 – 6	2 – 3	30 ml Wasser oder 2 Esslöffel Butter zugeben. Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.
Aubergine	250	Hoch	4 – 6	2 – 3	Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.
Lauch	250	Hoch	4 – 6	2 – 3	In dicke Scheiben schneiden. Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.
Pilze	125 250	Hoch	3 – 5 5 – 7	2 – 3	Kein Wasser zugeben Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren. Vor dem Servieren abtropfen lassen.
Zwiebeln	250	Hoch	4 – 6	2 – 3	15 ml Wasser zugeben. Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.
Pfeffer	250	Hoch	5 – 7	2 – 3	Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Salzkartoffeln	250 500	Hoch	5 – 7 10 – 12	2 – 3	Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.
Pellkartoffeln	800	Hoch	15 – 18	2 – 3	Abgedeckt garen, nach der Hälfte der Zeit umrühren.
Kohl	250	Hoch	7 – 9	2 – 3	Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.

Gemüse, gefroren

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Spinat	125	Hoch	3 – 5	2 – 3	15 ml Wasser zugeben. Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.
Brokkoli	250	Hoch	4 – 6	2 – 3	30 ml Wasser zugeben. Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.
Erbsen	250	Hoch	4 – 6	2 – 3	15 ml Wasser zugeben. Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.
Grüne Bohnen	250	Hoch	5 – 7	2 – 3	30 ml Wasser zugeben. Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.
Buntes Gemüse (Karotten/Erbsen/ Mais)	250	Hoch	5 – 7	2 – 3	15 ml Wasser zugeben. Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.
Buntes Gemüse (Chinesische Art)	250	Hoch	6 – 8	2 – 3	15 ml Wasser zugeben. Abgedeckt garen. Beim Garen und nach dem Garen einmal umrühren.

Schmelzen

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Schokolade/ Schokoladenku-vertüre	150	Mittel	3 – 4	2 – 3	Nach der Hälfte der Zeit umrühren.
Butter	100	Mittel	2 – 3	2 – 3	Nach der Hälfte der Zeit umrühren.

Aufwärmen

Befolgen Sie stets die Anweisungen auf der Verpackung beim Aufwärmen von Fertigge-richten.

Speise	Gewicht (g)	Leistungs-einstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Babynahrung	128	Hoch	0:50	1 – 2	Nach der Hälfte der Zeit umrühren. Tem-peratur überprüfen!
Babymilch	100 ml 225 ml	Hoch	0:30 – 1 1 – 1:30	1 – 2	Löffel in die Flasche geben, umrühren und Temperatur überprü-fen!
Sandwichbröt-chen	1 Brötchen	Hoch	0:30 – 1	1 – 2	In Küchentuch einwi-ckeln und auf den Glasteller legen. Keine Küchentücher aus Recyclingpapier verwenden.
Convenience (Fer-tiggerichte)	400 - 500	Hoch	7 – 10	2 – 3	Aluminiumdeckel ent-fernen. Nach der Hälfte der Zeit wen-den
Tiefgefrorene Fer-tiggerichte	400 - 500	Hoch	8 – 12	2 – 3	Aluminiumdeckel ent-fernen. Nach der Hälfte der Zeit wen-den
Lasagne	300	Hoch	6 – 10	2 – 3	Beim Garen die Speise abdecken.
Rindfleischauflauf	1 Tasse 4 Tassen	Hoch	3 – 5 7 –10	2 – 3	Beim Garen die Speise abdecken. Nach der Hälfte der Zeit umrühren.
Kartoffelpüree	1 Tasse 4 Tassen	Hoch	2 – 5 8 – 10	2 – 3	Beim Garen die Speise abdecken. Nach der Hälfte der Zeit umrühren.

Speise	Gewicht (g)	Leistungseinstellung	Dauer (Min.)	Standzeit (Min)	Bemerkungen
Gebackene Bohnen	1 Tasse	Hoch	3 – 5	1 – 2	Beim Garen die Speise abdecken. Nach der Hälfte der Zeit umrühren.
Ravioli oder Nudeln mit Soße	1 Tasse 4 Tassen	Hoch	4 – 6 10 – 14	2 – 3	Beim Garen die Speise abdecken. Nach der Hälfte der Zeit umrühren.
Milch	200 ml	Hoch	1 – 1:30	1	Löffel in das Gefäß geben.
Wasser	200 ml	Hoch	2 – 2:30	1	Löffel in das Gefäß geben.
Soße	200 ml	Hoch	3 – 4	1	Nach der Hälfte der Zeit umrühren
Suppe	300 ml	Hoch	4 – 5	1	Nach der Hälfte der Zeit umrühren

Rezepte

Die Temperaturen und Backzeiten in den Tabellen sind nur Richtwerte. Sie richten sich nach den Rezepten, der Beschaffenheit und der Menge der verwendeten Zutaten.

Frühstück

Omeletts

Zutaten:

- 15 g geschmolzene Butter
- 4 Eier
- 6 Esslöffel Milch
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Anschließend alles miteinander verquirlen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Speise mit der geschmolzenen Butter bedecken. Die Omelett-Mischung in eine Kuchenform geben. Bei Einstellung "Hoch" 3 Minuten lang garen, das Omelett wenden und 1 weitere Minute bei Einstellung "Hoch" weitergaren.

– Verweilzeit im Gerät: Insgesamt 4 Minuten

Rührei

Zutaten:

- 15 g geschmolzene Butter
- 2 Eier
- 2 Esslöffel Milch
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Eier, Milch und geschmolzene Butter vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bei Einstellung "Hoch" 3 Minuten lang garen, dabei alle 30 Sekunden umrühren.

– Verweilzeit im Gerät: Insgesamt 3 Minuten

Abendessen

Tomatensuppe mit Orangen

Zutaten:

- 25 g geschmolzene Butter
- 1 mittlere Zwiebel, gehackt
- 1 große Karotte
- 1 große Kartoffel, gehackt
- 800 g Tomaten aus der Dose, gehackt

- Saft und geriebene Schale 1 mittleren Orange
- 900 ml heiße Gemüsebrühe
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Zwiebel, Karotte, Kartoffel und geschmolzene Butter vermischen und bei Einstellung "Hoch" 6 Minuten lang garen. Nach der Hälfte der Zeit umrühren. Tomaten, Orangensaft, Orangenschale und Brühe zugeben. Anschließend alles miteinander vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Behälter abdecken und bei Einstellung "Hoch" 18 Minuten lang garen bis das Gemüse zart ist. Beim Garen 2 – 3 mal umrühren. Die Suppe pürieren und servieren.

– Verweilzeit im Gerät: Insgesamt 24 Minuten

Französische Zwiebelsuppe

Zutaten:

- 1 große Zwiebel, geschnitten
- 1 Esslöffel Maiskeimöl
- 50 g Mehl
- 1,2 l Fleisch- oder Gemüsebrühe
- 2 Esslöffel Petersilie, gehackt
- 4 dicke Scheiben Baguette
- 50 g Käse, gerieben

Zubereitung:

Zwiebel und Maiskeimöl in einer Schüssel verrühren. Bei Einstellung "Hoch" 2 Minuten lang garen. Mehl zugeben und die Brühe nach und nach zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und Petersilie zugeben. Die Schüssel abdecken und bei Einstellung "Mittel" 18 Minuten lang garen. Die Suppe in Servierschalen geben, mit dem Brot garnieren und großzügig mit Käse bestreuen. Bei Einstellung "Mittelhoch" 2 Minuten lang garen bis der Käse schmilzt.

– Verweilzeit im Gerät: Insgesamt 22 Minuten

Gemüsepfanne

Zutaten:

- 1 Esslöffel Sonnenblumenöl
- 2 Esslöffel Sojasauce
- 1 Esslöffel Sherry
- 2,5 cm Ingwerwurzel, geschält und gerieben
- 2 mittlere Karotten, in schmale Streifen geschnitten
- 100 g Champignons, gehackt
- 50 g Sojasprossen
- 100 g Zuckererbsen
- 1 rote Paprika, entkernt und dünn geschnitten
- 4 Frühlingszwiebeln, gehackt
- 100 g Wasserkastanien in Dose, geschnitten
- 1/4 Kopf Chinakohl, dünn geschnitten

Zubereitung:

In einer Schüssel Sonnenblumenöl, Sojasauce, Sherry, Ingwer und Karotten miteinander vermischen. Abdecken und bei Einstellung "Hoch" 5 – 6 Minuten lang garen. Einmal umrühren. Anschließend Champignons, Sojasprossen, Zuckererbsen, rote Paprika, Frühlingszwiebeln, Wasserkastanien und Chinakohl hinzugeben. Alles miteinander vermischen. Bei Einstellung "Hoch" 5 – 6 Minuten lang garen bis das Gemüse zart ist. Beim Garen 2 – 3 mal umrühren.

– Verweilzeit im Gerät: Insgesamt 10 – 12 Minuten

Geflügel, mit Honig

Zutaten:

- 4 Hähnchenbrustfilets
- 2 Esslöffel Honig
- 1 Esslöffel körniger Senf
- 1/2 Esslöffel getrockneter Estragon
- 1 Esslöffel Tomatenmark
- 150 ml Hühnerbrühe
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Die Hähnchenbrüste in eine Auflaufform geben. Alle anderen Zutaten miteinander vermischen. Dann Soße über die Hähnchenbrüste gießen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Bei Einstellung "Hoch" 12 – 14 Minuten lang garen. Die Hähnchenbrüste verlagern und beim Garen zweimal mit der Soße beträufeln.

– Verweilzeit im Gerät: Insgesamt 12 – 14 Minuten

Pellkartoffeln mit Blauschimmelkäse und Schnittlauch

Zutaten:
- 2 Kartoffeln, gebacken (je 250 g)
- 50 g Butter
- 100 g Blauschimmelkäse, gehackt
- 1 Esslöffel frischer Schnittlauch, gehackt
- 50 g Pilze, geschnitten
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:
Die Kartoffeln anstechen. Bei Einstellung "Hoch" 12 – 14 Minuten lang garen. Kartoffeln halbieren und aushöhlen. Kartoffelreste, Butter, Käse, Schnittlauch, Pilze in eine Schüssel geben und miteinander vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Mischung in die Kartoffelschalen geben und in eine Kuchenform stellen. Bei Einstellung "Mittelhoch" 10 Minuten lang garen.

– Verweilzeit im Gerät: Insgesamt 22 – 24 Minuten

Helle Soße

Zutaten:
- 25 g geschmolzene Butter
- 25 g Mehl
- 300 ml Milch
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:
Butter, Mehl und Milch vermischen. Bei Einstellung "Hoch" 4 – 5 Minuten lang garen. Alle 2 Minuten umrühren bis die Soße verdickt und glatt ist. Mit Salz und Pfeffer würzen.

– Verweilzeit im Gerät: Insgesamt 4 – 5 Minuten

Hackfleisch, pikant

Zutaten:
- 1 kleine Zwiebel, gehackt
- 1 Knoblauchzehe, zerdrückt
- 1 Teelöffel Öl
- 200 g Tomaten aus der Dose, gehackt
- 1 Esslöffel Tomatenmark
- 1 Teelöffel Kräutermischung
- 225 g Rinderhack
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:
Zwiebel, Knoblauch und Öl in einer Auflaufform vermischen. Bei Einstellung "Hoch" 2 Minuten lang garen oder bis die Mischung angedünstet ist. Anschließend übrige Zutaten zugeben. Die Auflaufform abdecken und bei Einstellung "Hoch" 5 Minuten lang garen, anschließend auf Einstellung "Mittelhoch" stellen und 8 – 12 Minuten lang, oder bis das Fleisch durch ist, garen.

– Verweilzeit im Gerät: Insgesamt 15 – 19 Minuten

Süßspeisen

Erdbeerkonfitüre

Zutaten:
- 675 g Erdbeeren, ohne Strunk
- 3 Esslöffel Zitronensaft
- 675 g Zucker

Zubereitung:
Erdbeeren und Zitronensaft in eine große Schüssel geben. Bei Einstellung "Hoch" etwa 6 Minuten lang, oder bis die Früchte weich sind, erhitzen. Zucker zugeben und gut verrühren. Bei Einstellung "Mittel" 27 – 32 Minuten lang garen, bis die Bindung erreicht ist. Alle 4 – 5 Minuten umrühren. Die Konfitüre in saubere Gläser abfüllen. Deckel anbringen, versiegeln und beschriften.
Um den Bindepunkt festzustellen, stellen Sie ein Teelöffel Konfitüre auf eine gekühlte Untertasse. Lassen Sie sie 1 Minute stehen. Anschließend fahren Sie mit dem Finger vorsichtig über die Konfitüre. Der Bindepunkt ist erreicht, wenn die Oberfläche dabei Falten aufwirft.

– Verweilzeit im Gerät: Insgesamt 37 – 43 Minuten

Mikrowellen-Butterkuchen

Zutaten:

- 100 g Margarine
- 100 g Zucker
- 1 Ei
- 100 g mit Backpulver gemischtes Mehl, gesiebt
- 2 – 3 Esslöffel Milch

Zubereitung:

Den Boden einer Kuchenform mit Backpapier auslegen. Margarine mit Zucker schaumig schlagen. Ei unterheben und abwechselnd Mehl und Milch nach und nach zugeben. Den Teig in die vorbereitete Form geben. Bei Einstellung "Hoch" 5 – 7 Minuten lang garen. Den Kuchen mit einem Zahnstocher einstechen. Bleibt Teig am Zahnstocher haften, ist der Kuchen noch nicht durchgebacken. Lassen Sie den Kuchen weitere 5 Minuten im Gerät stehen.

– Verweilzeit im Gerät: Insgesamt 5 – 7 Minuten

Reinigung und Pflege

Warnung! Siehe Sicherheitshinweise.

Hinweise zur Reinigung:

- Feuchten Sie ein weiches Tuch mit warmem Wasser und etwas Reinigungsmittel an, und reinigen Sie damit die Vorderseite des Geräts.
- Reinigen Sie die Metalloberflächen mit einem handelsüblichen Reinigungsmittel.
- Reinigen Sie den Geräteinnenraum nach jedem Gebrauch. So lassen sich Verschmutzungen leichter entfernen und es kann nichts einbrennen.
- Entfernen Sie hartnäckige Verschmutzungen mit speziellen Reinigern.
- Sämtliches Zubehör regelmäßig reinigen und trocknen lassen. Feuchten Sie ein weiches Tuch mit warmem Wasser und etwas Spülmittel an.
- Um hartnäckige Rückstände leichter entfernen zu können, stellen Sie ein Glas Wasser in das Gerät, und lassen Sie das Wasser 2 bis 3 Minuten bei voller Mikrowellenleistung kochen.
- Zur Beseitigung von Gerüchen geben Sie 2 TL Zitronensaft in ein mit Wasser gefülltes Glas, und lassen Sie das Wasser bei voller Mikrowellenleistung 5 Minuten im Gerät kochen.

Fehlersuche

Warnung! Siehe Sicherheitshinweise.

Problem	Mögliche Ursache	Abhilfe
Das Gerät funktioniert überhaupt nicht.	Das Gerät ist ausgeschaltet.	Schalten Sie das Gerät ein.
Das Gerät funktioniert überhaupt nicht.	Der Netzstecker ist nicht eingesteckt.	Stecken Sie den Netzstecker in die Steckdose.
Das Gerät funktioniert überhaupt nicht.	Die Sicherung im Sicherungskasten hat ausgelöst.	Sicherung überprüfen. Falls die Sicherung öfter als einmal auslöst, wenden Sie sich an eine Elektrofachkraft.
Das Gerät funktioniert überhaupt nicht.	Die Tür ist nicht richtig geschlossen.	Vergewissern Sie sich, dass die Tür nicht blockiert ist.

Problem	Mögliche Ursache	Abhilfe
Die Lampe funktioniert nicht.	Die Lampe ist defekt.	Die Lampe muss ausgewechselt werden.
Im Garraum bilden sich Funken.	Im Garraum befindet sich Kochgeschirr aus Metall oder mit Metallverzierung.	Nehmen Sie das Kochgeschirr aus dem Gerät.
Im Garraum bilden sich Funken.	Metallspieße oder Aluminiumfolie berühren die Innenwände.	Stellen Sie sicher, dass die Metallspieße und Folie nicht die Innenwände berühren.
Das Drehteller-Set macht Kratz- oder Mahlgeräusche.	Unter dem Glasteller befinden sich Gegenstände oder Schmutz.	Reinigen Sie die Fläche unter dem Glasteller.
Das Gerät funktioniert ohne ersichtlichen Grund nicht mehr.	Eine Störung ist aufgetreten.	Falls dieser Vorfall wiederholt auftritt, wenden Sie sich an das Service-Center.

Wenn Sie das Problem nicht selbst lösen können, wenden Sie sich an Ihren Fachhändler oder Kundendienst.

Die vom Kundendienst benötigten Daten finden Sie auf dem Typenschild.

Wir empfehlen, hier folgende Daten zu notieren:

Modell (MOD.) ....

Produktnummer (PNC) ....

Seriennummer (S.N.) ....

Montage

Vorsicht! Lüftungsöffnungen nicht blockieren. Wenn Lüftungsöffnungen blockiert sind, kann sich das Gerät überhitzen.

Vorsicht! Das Gerät nicht an Adapter oder Verlängerungskabel anschließen. Dies kann zu Überlast führen und es besteht Brandgefahr.

- Das Gerät ist nur zum Gebrauch auf der Küchenarbeitsplatte bestimmt. Es muss auf einer stabilen und flachen Oberfläche aufgestellt werden.
- Das Gerät vor Dampf, heißer Luft oder Wasserspritzern schützen.
- Wird das Gerät bei kaltem Wetter transportiert, schalten Sie es nicht sofort nach der Montage ein. Warten Sie, bis es seine Temperatur der Raumtemperatur angeglichen hat.

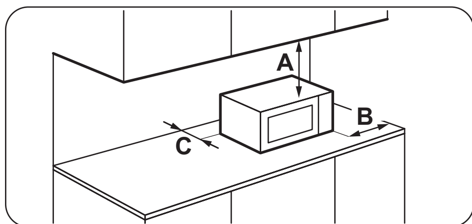
Elektrischer Anschluss

Warnung! Der elektrische Anschluss muss von einer qualifizierten Fachkraft vorgenommen werden.

Der Hersteller haftet nicht für Schäden, die aufgrund der Nichtbeachtung der Sicherheitsvorkehrungen des Kapitels „Sicherheitshinweise“ entstehen.

Das Gerät wird mit einem Netzkabel mit Netzstecker geliefert.

Vorsicht! Die Mindesteinbauhöhe beträgt 85 cm.



Mindestabstände

Maß	mm
A	100
B	76
C	76

Umwelttipps

Recyceln Sie Materialien mit dem Symbol ♲ . Entsorgen Sie die Verpackung in den entsprechenden Recyclingbehältern. Recyceln Sie zum Umwelt- und Gesundheitsschutz elektrische und elektronische Geräte. Entsorgen Sie Geräte mit diesem Symbol nicht mit dem Hausmüll. Bringen Sie das Gerät zu Ihrer örtlichen Sammelstelle oder wenden Sie sich an Ihr Gemeindeamt.

 Verpackungsmaterial

Das Verpackungsmaterial ist umweltfreundlich und wieder verwertbar. Kunststoffteile sind mit internationalen Abkürzungen wie PE, PS usw. gekennzeichnet. Entsorgen Sie das Verpackungsmaterial über die dafür vorgesehenen Behälter Ihres Abfallentsorgungsunternehmens.



www.zanussi.com/shop






892961008-C-392013

